

T. C.
FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERGENLERDE MÜKEMMELİYETÇİLİK,
ÖZNEL İYİ OLUŞ VE DEPRESYON
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

ECRAN ALİM
150131009

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ARKUN TATAR

İSTANBUL 2018

T. C.
FATİH SULTAN MEHMET VAKIF ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ERGENLERDE MÜKEMMELİYETÇİLİK,
ÖZNEL İYİ OLUŞ VE DEPRESYON
ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

ECRAN ALİM
150131009

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ARKUN TATAR

İSTANBUL 2018

TEZ ONAY SAYFASI

FSMVÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji tezli yüksek lisans programı 150131009 numaralı öğrencisi Ecran ALİM'in ilgili yönetmeliklerin belirlediği tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı **“Ergenlerde Mükemmeliyetçilik, Öznel İyi Oluş ve Depresyon Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi”** başlıklı tezi aşağıda imzaları olan jüri tarafından **28.05.2018** tarihinde oybirliği ile kabul edilmiştir.

Dr. Öğr. Üyesi Arkun TATAR

(Jüri Başkanı-Danışman)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

Doç. Dr. Gaye SALTUKOĞLU

(Jüri Üyesi)

Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi

Dr. Öğr. Üyesi İrem ANLI

(Jüri Üyesi)

İstanbul Bilim Üniversitesi

BEYAN

Bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bağlı olduğum üniversite veya bir başka üniversitedeki başka bir çalışma olarak sunulmadığını beyan ederim.

Ecran ALİM

İmza

ERGENLERDE MÜKEMMELİYETÇİLİK, ÖZNEL İYİ OLUŞ VE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

ÖZET

Bu araştırmada mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş üzerinde anlamlı farklar oluşturabileceği düşünülen çeşitli sosyodemografik değişkenlerin bu kavramlar üzerindeki etkileri de incelenmiştir. Bu araştırmaya Sakarya ili Hendek ilçesinde lise öğrenimine devam etmekte olan 350 kişi katılmıştır. Katılımcılar sosyodemografik bilgi formu, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu kullanılarak değerlendirilmişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre; öznel iyi oluş ile depresyon arasında negatif yönlü, depresyon ile mükemmeliyetçilik arasında ise pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından eylemlerden şüphe duyma, ebeveyn beklentileri ve ebeveyn eleştiriciliği alt boyutları arasında negatif yönlü, kişisel standartlar ve organizasyon alt boyutları ile pozitif yönlü anlamlı ilişkiler elde edilmiştir. Depresyon ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutlarından hata endişesi, eylemlerden şüphe duyma, ebeveyn beklentileri ve ebeveyn eleştiriciliği alt boyutları arasında pozitif yönlü, organizasyon alt boyutu ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler saplanmıştır. Bunun dışında sosyodemografik değişkenlere göre katılımcıların mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş düzeylerinde de istatistiksel olarak anlamlı farklara rastlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: mükemmeliyetçilik, depresyon, öznel iyi oluş, ergenlik

EXAMINING THE RELATIONSHIPS BETWEEN PERFECTIONISM, SUBJECTIVE WELL-BEING AND DEPRESSION IN ADOLESCENCE

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relations between perfectionism, depression and subjective well-being. At the same time, the effects of various sociodemographic variables on these concepts, which are thought to make meaningful differences on perfectionism, depression and subjective well-being, were also taken into consideration and analyzed. 350 people attending high school in the province of Hendek in Sakarya participated in this examination. Furthermore, socio-demographic information form, the Frost Multidimensional Perfectionism Scale, the Beck Depression Scale and the Subjective Well-Being Scale-High School Form were applied in this research. According to the results of the analysis; there was a negative correlation between subjective well-being and depression, and a positive correlation between depression and perfectionism. On the one hand, there were negative correlations between subjective well-being with subdimensions of doubting about actions, parental expectations and parental criticism, and on the other hand positive correlations with subdimensions of personal standards and organization. However, there were also positive correlations between depression with subdimensions of concern over mistakes, doubting about actions, parental expectations and parental criticism, a negative correlation between depression and subdimension of organization. In fact, according to sociodemographic variables, statistically significant differences were also found in the participants' perfectionism, depression and subjective well-being levels.

Key Words: *perfectionism, depression, subjective well-being, adolescence*

ÖNSÖZ

Bu araştırmanın gerçekleştirilmesinde, benden desteğini ve yardımlarını esirgemeyen değerli hocam, tez danışmanım Yrd. Doç. Dr. Arkun TATAR'a teşekkürlerimi sunarım. Yüksek lisans süresince gerek mesleki gerek teorik anlamda tecrübe ve bilgilerinden yararlandığım birbirinden kıymetli hocalarıma da teşekkür ederim.

Hayatımın hiçbir alanında sevgisini, inancını ve desteğini benden esirgemeyen hayat arkadaşım Muhammet Taha ALBAYRAK'a çok teşekkür ederim.

Son olarak ne yaparsam yapayım haklarını ödeyemeyeceğim, her zaman yanımda hissettiğim ve hep böyle hissedeceğimi bildiğim sevgili aileme teşekkürlerin en büyüğünü ediyorum.

Ecran ALİM

İstanbul - 2018

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ.....	v
TABLolar LİSTESİ.....	viii
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	2
1. MÜKEMMELİYETÇİLİK.....	2
1.1. MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN TANIMLARI.....	2
1.2. MÜKEMMELİYETÇİLİKTE ÇOK BOYUTLU YAKLAŞIM.....	3
1.3. MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN ÖZELLİKLERİ	4
2. DEPRESYON.....	6
2.1. DSM-V'E GÖRE TANI KRİTERLERİ.....	7
2.2. ERGENLİKTE DEPRESYON.....	8
2.3. DEPRESYONDA CİNSİYET FARKLILIKLARI	9
3. ÖZNEL İYİ OLUŞ	10
3.1. ERGENLİKTE ÖZNEL İYİ OLUŞA AİLENİN ETKİSİ	12
3.2. ÖZNEL İYİ OLUŞU AÇIKLAYAN KURAMLAR	13
3.2.1. Erek Kuramı.....	13
3.2.2. Etkinlik Kuramları	14
3.2.3. Aşağıdan Yukarı ve Yukarıdan Aşağı Kuramlar	15
3.2.4. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı	16
3.2.5. Uyum Kuramı.....	17
3.2.6. Ryff'in Psikolojik İyi Oluş Kuramı	18
4. ARAŞTIRMANIN AMACI	21
İKİNCİ BÖLÜM.....	23
2. YÖNTEM	23
2.1. KATILIMCILAR	23

2.2.	ARAÇ-GEREÇ	23
2.2.1.	Kişisel Bilgi Formu.....	23
2.2.2.	Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği.....	23
2.2.3.	Beck Depresyon Ölçeği	24
2.2.4.	Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu	25
2.3.	UYGULAMA.....	25
2.4.	VERİLERİN ANALİZİ.....	26
2.5.	SONUÇLAR	26
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM		66
3. TARTIŞMA.....		66
SONUÇ, SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER.....		74
KAYNAKÇA		76

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Sosyo-demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları.....	27
Tablo 2. Ebeveyne İlişkin Değişkenler Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları	28
Tablo 3. Ebeveynin Birliktelik Durumu Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları.....	29
Tablo 4. Yaş ve Başarı Not Ortalaması Değişkenleri için Betimleyici İstatistikler...	29
Tablo 5. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri	30
Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçekler için İç Tutarlılık Katsayıları	31
Tablo 7. Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları.....	32
Tablo 8. Beck Depresyon Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları.....	33
Tablo 9. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları	34
Tablo 10. Beck Depresyon Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Altboyutları için Korelasyon Analizi Sonuçları.....	35
Tablo 11. Beck Depresyon Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Başarı Not Ortalaması ile Korelasyon Analizi	36
Tablo 12. Beck Depresyon Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	37
Tablo 13. Öznel İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	38
Tablo 14. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	39
Tablo 15. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	40
Tablo 16. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyma/Emin Olamama Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	41
Tablo 17. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması.....	42
Tablo 18. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması.....	43
Tablo 19. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması.....	44

Tablo 20. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması	45
Tablo 21. Beck Depresyon Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması.....	47
Tablo 22. Öznel İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	49
Tablo 23. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması	51
Tablo 24. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması	53
Tablo 25. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyuma/Emin Olamama Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	55
Tablo 26. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	58
Tablo 27. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	60
Tablo 28. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması.....	62
Tablo 29. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması	64

GİRİŞ

Ergenlik, çocukluk döneminde rehberlik sağlayan yetişkinlerden bağımsızlaşma sürecinde duygu ve davranışları değiştirme dönemi olarak açıklanmaktadır ve bu dönemde davranışsal, zihinsel, duygusal ve biyolojik gelişim devam etmekte olduğundan, birey için oldukça hassas bir dönemdir (Steinberg, 2005). Birçok yönden değişimin hızlı bir süreçte gerçekleşmesiyle ergenlik döneminde birey birtakım psikolojik problemlerle karşı karşıya kalabilmektedir (Kim, 2003). Bu araştırmada, ergenlik döneminde etkili olması beklenen ve birbiri ile ilişki halinde olması beklenen mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş kavramlarının bağlantılı olarak incelenmesi, böylece ergenlik döneminde yaşanan problemlerle ilgili alana katkı sağlaması amaçlanmıştır.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. MÜKEMMELİYETÇİLİK

Mükemmeliyetçilik kavramı, kişinin teorik görüşüne bağlı olarak farklı şekillerde anlaşılmaktadır. Günümüze kadar birçok araştırmacı tarafından açıklanmış olmasına karşın, kabul edilmiş tek bir ortak tanım bulunmamaktadır (Hewitt ve Flett, 2002). Yapılan ilk tanımlamalarda mükemmeliyetçilik tek boyutlu olumsuz bir kavram olarak yer bulmuş ve mükemmeliyetçiliğin yalnızca patolojik yönü ele alınmıştır (Stoeber ve Joormann, 2001). Daha sonraki çalışmalarda ise mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu ve patolojik olmadığı, olumlu ve olumsuz boyutlar içerdiği belirtilmeye başlamıştır (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990; Hamachek, 1978; Rice, Slaney ve Ashby, 1998; Schuler, 2000; Roedell, 1984).

1.1. MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN TANIMLARI

Mükemmeliyetçi olan birey Türk Dil Kurumu Sözlüğünde “Herhangi bir alanda mükemmel olma yolunda aşırı çaba sarf eden kimse” şeklinde tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu (TDK), 2017). Burns (1980), mükemmeliyetçileri kendilerini zorla ve aralıksız olarak imkansız hedeflere iten ve kendi değerlerini tamamen üretkenlik ve başarı açısından ölçen bireyler olarak açıklamıştır (Pacht, 1984; Parker ve Adkins, 1995; Shafran, Cooper ve Fairburn, 2002). Mükemmeliyetçilik bireyin mevcut durumundan ya da başkasının standardından daha yüksekte bir performans standardı talep etmesi şeklinde tanımlanmaktadır ve mükemmeliyetçiliğin temelleri çocukluk ortamında atılmaktadır. Özellikle hassas ve güvensiz bir çocuk mükemmeliyetçilik karşısında savunmasız kalmaktadır (Hollender, 1965). Mükemmeliyetçilik aşırı yüksek standartları hedef edinme ve fazlasıyla kritik öz değerlendirme şeklinde de tanımlanmaktadır (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Kendini

mükemmeliyetçi olarak tanımlayan birçok birey bunu kendisine bir yük olarak algılamaktadır (Greenspon, 2000).

Psikanalitik kuramın önde gelen ismi Freud'a (1959) göre mükemmeliyetçilik yüksek derecede başarıya ulaşmak için aşırı katı kurallar belirleyen abartılı süperegonun bir ürünüdür (Taşdemir, 2003). Mükemmeliyetçiliği psikanalitik bakış açısıyla tanımlayan isimlerden biri olan Karen Horney'e göre mükemmeliyetçi bireyin amacı kişiliğin bütününe ideal benlik kalıbına sokmaktır ve kişi bu amacına ulaşmak için ne yapacağı, ne olacağı, ne hissedeceği, ne bilmesi gerektiği gibi durumlarla ilgili oluşturduğu tabuları kullanır. Kişinin kullandığı bu tabulardan yola çıkarak Horney mükemmeliyetçiliği "zorunluluğun zulmü" olarak adlandırmıştır (İnanç ve Yerlikaya, 2013).

Bilişsel davranışçı kurama göre mükemmeliyetçilerin içinde bulunduğu sorun, mükemmel olmakla ilgili kendilerine yönelik olumsuz düşünceleri ve buna göre hareket etmeleri olduğu için bireyler mükemmel olma yolunda daha fazla mücadele etmeye başlamakta ve beklentilerinden daha azı onları tatmin etmemektedir (Beck, 1976).

Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan tanımlamalara bakıldığında; bu kavramın nörotik, kendi kendini engelleyici ve işlevsiz bir özellik olduğu sonucu çıkarılmaktadır ve bu özelliklere sahip bireyler istedikleri standartlara ulaşmak için hiçbir zaman yeteri kadar uğraş vermemektedirler (Slade ve Owens, 1998).

1.2. MÜKEMMELİYETÇİLİKTE ÇOK BOYUTLU YAKLAŞIM

Mükemmeliyetçilikle ilgili daha önceki olumsuz, tek boyutlu tanımlamalara karşın 1970'li yıllarda mükemmeliyetçiliğin olumsuz olabildiği gibi olumlu olabileceği de tartışılmaya başlanmıştır. Hamachek (1978) "normal" ve "nörotik" mükemmeliyetçiler arasında bir ayrım yapmıştır (Shafran, Cooper ve Fairburn, 2002; Stoeber ve Otto, 2006; Terry-Short, Owens ve Dewey, 1995). Hamachek'e göre; normal mükemmeliyetçiler kendilerine yüksek standartlar belirlerler fakat bu bireyler belirledikleri standartlara ulaştıklarında tatmin duygusunu yaşamaktadırlar. Buna karşın nörotik mükemmeliyetçiler, kendileri için yüksek standartlar belirlerler ve hata yapma ihtimalini çok daha az göze alırlar. Bu nedenle bu bireyler hiçbir şeyin

tamamen yeterli olduğunu ve yeterince iyi olduğunu düşünmezler (Slade ve Owens, 1998).

Mükemmeliyetçiliği çok boyutlu bakış açısıyla ele alanlar arasında olan Frost ve arkadaşlarının geliştirdiği Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğine göre mükemmeliyetçiliğin alt boyutları; hata endişesi, organizasyon, yüksek kişisel standartlar, ebeveyn beklentileri, ebeveyn eleştiriciliği ve eylemlerden şüphe duyma olmak üzere altı tanedir. Bu alt boyutların çoğunun depresyon, stres gibi faktörlerle ilişkili olduğu fakat yüksek kişisel standartlar alt boyutunun pozitif sonuçlarla ilişkilendirildiği görülmüştür (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990).

Flett ve Hewitt (1991) mükemmeliyetçiliği üç boyutta incelemiştir: kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, bireyin kendine çok yüksek hedefler belirleme eğilimi ve mükemmellik için fazlasıyla çaba sarf etmesi, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik, bireyin kendi bakış açısına göre önemli algıladığı bireyler ile ilgili mükemmeliyetçi standartlar oluşturma eğilimi, sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik ise diğer bireylerin kişinin kendisi için gerçek dışı yüksek beklentiler içinde olduğu algısıdır (Flett ve Hewitt, 1991).

1.3. MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN ÖZELLİKLERİ

Burns mükemmeliyetçilerin korkuyla hareket ettiklerini dile getirmektedir. Bu bireylerin her hedefe ve göreve öz değerleri ona bağlıymış gibi yaklaşıtlarını belirtmektedir. Bu bireyler mükemmel değillerse herhangi bir övgü, şefkat ve sevgiye layık hissetmemektedirler (Halgin ve Leahy, 1989). Bu görüşe paralel olarak Barrow ve Moore (1983) da tekrarlayan sürekli kendinden hoşnutsuzluğun mükemmeliyetçileri rahatsız eden bir sıkıntı hissi bıraktığını belirtmişlerdir. Bu depresyon, performans kaygısı, sosyal kaygı, erteleme, çalışma verimsizliği ve obsesif-kompulsif karakterler de dahil olmak üzere çeşitli biçimlerde kendini göstermektedir (Barrow ve Moore, 1983).

Yapılan bir araştırmaya göre mükemmeliyetçiliğin özellikleri şunlardır (Greenspon, 2000):

- Mükemmeliyetçilik terimi, mantıksal olarak işleri mükemmel bir şekilde yapmak için hissedilen bir ihtiyaçla ilişkilidir.

- Mükemmel performans son derece nadir olduğu için sağlıklı mükemmeliyetçilik yanlış isimlendirilmiştir ve aslında isimlendirme ve anlatılmak istenen kavram tezat oluşturur.

- Mükemmeliyetçilerin kendini iyileştirme çabaları ve tatmin etme eksikliği için sürekli çaba sarf etmeleri nevrotizmle ilişkilendirilebilir, fakat bazı tanımlamalarla nevrotik niteliğe sahip olmayabilirler.

- Aynı zamanda hem psikolojik olarak sağlıklı hem de mükemmeliyetçi olmak mümkündür. Mükemmeliyetçiliğin kendisi kavram olarak olumsuzdur fakat bazı mükemmeliyetçiler bu özelliklerine rağmen başarılı olabilirler.

- Mükemmeliyetçilik başarıyı etkilemez; yetenek ve enerji başarıyı etkiler. Bazı çok başarılı kişiler mükemmeliyetçi, bazıları değildir.

- Daha az ya da daha çok mükemmeliyetçi olmak mümkündür ve bu görüş, yapılan araştırmada (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990) belirtilmiştir.

- Mükemmeliyetçiler özünde mükemmellik için değil, kendini koşullu kabul için çaba sarf etmektedirler. Mükemmeliyetçiliğin boyutlarının psikolojik sıkıntı ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990).

- Sağlıklı mükemmeliyetçilik teriminin son zamanlarda kabul görmesi ne mantıksal argümanlara ne de bilimsel akıl yürütmeye dayandırılmaktadır. Daha ziyade literatürde mükemmeliyetçilik üzerine belirtilen iddiaların eleştirilmemiş kabulü üzerine kurulmuştur.

Mükemmeliyetçi düşüncenin bazı ortak özellikleri bir başka araştırmada şu şekilde açıklamıştır (Barrow ve Moore, 1983):

- Ya hep ya hiç düşüncesi sık görülür. Kişi deneyimlerinde kendisini ya çok iyi ya da çok başarısız görme eğilimindedir.

- Hedefler için sert sınırlar çizmek benlik saygısının bir gerekliliği olarak görülür. Kişinin algısında ‘istiyorum’ değil ‘yapmam gerekiyor’ ya da ‘yapmak zorundayım’ şeklinde kalıplar vardır.
- Benzer şekilde, arzular taleplere dönüşür. ‘isterim’ değil ‘olması gerekiyor’ düşüncesi hakimdir.
- Mükemmeliyetçi düşüncede kişi geleceğe aşırı odaklanmış durumdadır. Bu durum “engellenme etkisi” olarak düşünülebilir. Kişinin dikkati engellere o denli odaklanmıştır ki, kişi önceden çözüme kavuşmuş engellere dahi gereken takdiri göstermemektedir.
- Zaman algısındaki bozukluğun bir başka şekli karşılanmamış hedefler veya talepler orantısız biçimde büyütüldüğünde ortaya çıkan “iç içe geçme” olarak adlandırılmaktadır.
- Yukarıdaki düşünce kalıpları nedeniyle başarılanlar için kişinin kendine layık gördüğü ödüller çok azdır. Başarı ya da olumlu tecrübeler için kişinin kendine tanıdığı zaman oldukça kısıtlıdır.
- Seçici dikkat, kusursuzca bir filtre işlevi görür; ulaşılmış hedefler değerini kaybetmekte veya yok sayılmaktadır, ulaşılmamış hedefler büyütülmekte ve kusurlar incelenmektedir. Bunun en net etkisi; kazanmanın çok zor, kaybetmenin ise kolay algılanmasıdır.

2. DEPRESYON

Depresyon olarak isimlendirilen ruhsal durum, geçmiş zamanlardan bu yana deneyimlenmekte ve açıklanmaktadır. Dünyanın her yerinde depresyon sorunu yaşayan ve tedavisi benzer şekillerde sağlanmakta olan bireyler mevcuttur (Kara, Sayar ve Saygılı; 1997).

Normal süreçteki üzüntü ile depresyon arasındaki en belirgin farkın depresyonda görülen karamsarlık olduğu belirtilmektedir. Depresyonda birey, başına gelen kötü şeylerin gelecek zamanda da kendisini bulacağını ve içine düştüğü kötü sürecin değişmeden devam edeceğini düşünmektedir (Abramson, Metalsky, Alloy, 1989; Geçtan, 2013). Depresyon derinleştikçe, düşünce içeriğindeki depresif fikirler

daha baskın hale gelmektedir. Bu durumda neredeyse her harici uyaran herhangi bir depresif düşünceyi aktifleştirmek için yeterli olmakta ve tek bir düşünceden dahi birey depresif semptom geliştirebilmektedir. Bu şekilde algı yanılgıları depresyonun her geçen gün ilerlemesine sebebiyet vermektedir (Beck, 1964).

Ailede depresyon geçmişi bulunan bireyler, kadınlar, çocuk istismarı veya ihmeline uğramış bireyler, stresli yaşam olaylarına maruz kalanlar ve kronik bir hastalığı bulunan bireyler depresyon konusunda daha çok risk altındadır. Ailesel geçmişin depresyona etkisi ile ilgili yapılan çalışmalarda, ebeveyninde depresyona rastlanan çocukların psikopatoloji oranlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Tamar ve Özbaran, 2004). İkiz ve evlat edinme çalışmalarında da duygudurum bozukluklarının ortaya çıkışında genetik faktörün yüzde ellilik orana sahip olduğu kanıtlanmıştır ve bunun dışında çocukluk dönemindeki aile ortamının, ebeveynlerin çocuklara davranışlarındaki değişikliklerin çocukların farklılıkları üzerinde etkili olduğu gözlemlenmiştir (Parker ve Roy, 2001). Bunun haricinde, yapılan epidemiyolojik araştırma sonuçlarına göre; majör depresyon ve depresif semptomların özellikle tıbbi hastalığı bulunan bireylerde yüksek oranda işlevsel yetersizlikle ilişkili olduğu görülmüştür (Wells, Stewart & Hays, 1989).

2.1. DSM-V'E GÖRE TANI KRİTERLERİ

DSM-V'e göre art arda iki hafta boyunca hemen hemen her gün aşağıdaki belirtilerden en az beşi görülmelidir:

1. Depresif duygudurum; üzüntü, çökkünlük hali
2. İlgi ve istekte azalma
3. Fazla uyku ya da uykusuzluk
4. İştahta azalma ya da artış
5. Psikomotor yavaşlama
6. Enerji düşüklüğü
7. Dikkatte bozulma
8. Suçluluk, değersizlik gibi düşünceler

9. Tekrar eden intihar ya da ölüm düşünceleri

Depresif duygudurum, ilgi ve istek kaybı ana belirtilerdir. Gözlenen belirtiler içinde bunlardan en az biri olmak durumundadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

2.2. ERGENLİKTE DEPRESYON

1960'lardan önce çocuklarda ve ergenlerde depresyonun görülebileceği ile ilgili şüpheler mevcut olmakla birlikte 1970'deki Avrupa Pedopsikiyatri birliğinin konusu "Çocukluk Çağı ve Adolesansta Depresif Durumlar" olan 4. Kongresi depresif semptomların çocukluk ve ergenlikte yaygın bir şekilde görülüyor olduğu gerçeğinde uzlaşmaya varılmasına önayak olmuştur (Tamar ve Özbaran, 2004).

Ergenlik döneminde depresyonla sık sık karşılaşılabilir. Bununla ilgili yapılan araştırmalardan birinde (Lewinsohn ve Essau, 2002), yetişkinliğin başındaki genç bireylerin yüzde 15-20'sinde en az bir defa depresyona rastlanmış olduğu belirtilmiştir (Asarnow, Jaycox, Duan, LaBorde, Rea, Murray, Anderson, Landon, Tang ve Wells, 2005; Klein, Dougherty ve Olino, 2005). Daha önce yapılmış olan araştırmalarda depresyonun ergenlerde yaygınlık oranının yüzde 0.4 ile yüzde 8.3 arasında olduğu görülmüştür (Birmaher, Ryan, Williamson, Brent, Kauffman, Dahl, Perel ve Nelson, 1996). Ergenlerin depresif belirtilerinin kaybolmasından sonra da yüzde 5'i 6ay içinde, yüzde 12'si 1 yıl içinde ve yüzde 33'ü de 4 yıl içinde başka bir atak yaşamaktadır (Lewinsohn, Rohde ve Seeley, 1998).

Araştırmacılar daha önce ergenlerdeki depresyonun yetişkinlerdekinden daha farklı olduğunu düşünüyorlardı (Welner, 1978). Fakat son 20 yıldaki araştırmalar çocukluk, ergenlik ve yetişkinlikteki depresyonun benzerliklerini ortaya koymuştur. Çocuklarda ve ergenlerde de depresyon için tanısal ölçütler yetişkinlerde olduğu gibidir. Bununla birlikte, semptomların ortaya çıkışı gelişim evrelerine göre farklılık gösterebilir (Bhatia ve Bhatia, 2007). Yakın zamanda yapılmış araştırmalardan birinde (Patton, Coffey, Posterino, Carlin ve Wolfe, 2000), ergenlik çağında görülen depresyonun özelliklerinin, psikomotor bozulmalar ve melankolik semptomlar haricinde, yetişkin depresyonunun özellikleriyle aynı olduğu ileri sürülmektedir ve böylece ergenlikte melankoli özelliklerinin nadirliği vurgulanmaktadır (Patton, Coffey, Posterino, Carlin ve Wolfe, 2000).

Depresyon büyüme, gelişimi, okul performansını, arkadaş veya aile ilişkilerini olumsuz etkilemekte ve oldukça kötü sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir (Bhatia ve Bhatia, 2007). Ergenlikte depresyonun göz önündeki özelliklerinden biri belirgin bir öfkenin ortaya çıkmış olmasıdır (Parker ve Roy, 2001). Depresyon sürecinde çocuk ve ergenlerin okul performansında düşüşler ve diğer bireyler ile ilişkilerinde bozulmalar olduğu saptanmıştır (Birmaher, Ryan, Williamson, Brent, Kaufman, Dahl, Perel ve Nelson, 1996). Emosyonel yönden bakıldığında, utangaç, kaygılı, kendine güveni olmadığını düşünen ve bu düşünceleri tekrar eden çocuk ve ergenler depresyona diğer çocuk ve ergenlere göre daha fazla yatkındır (Tamar ve Özbaran, 2004). Davranışsal yönden engellenmiş, fazla endişeli, utangaç, bağımlı veya endişe yaratan bir kişilik genel olarak düşük özgüven, düşük benlik saygısı, hiçbir şeyden hoşnut olmama ve bunlarla benzer bilişsel önyargılara yol açtığı için çocuk ve ergenlerde bu durumların görülmesi depresyon riskini artırmaktadır (Reinherz, Giaconia, Hauf, Wasserman ve Paradis, 2000).

Ergenlerde depresyon intihar için önemli bir risk faktörüdür ve ergenlik çağındaki intihar mağdurlarının yarısından çoğunun intihar ettiği dönemde depresif bir bozukluğa sahip olduğu belirtilmektedir (Windfuhr, While, Hunt, Turnbull, Lowe, Burns, Swinson, Shaw, Appleby, Kapur, the National Confidential Inquiry into Suicide and Homicide by People with Mental Illness, 2008).

Ölüm/intihar düşüncelerine majör depresyon vakalarının yarısından fazlasının büyük bir oranda eşlik ettiği söylenmektedir (Lewinsohn, Rohde ve Seeley, 1998). ABD’de yapılmış olan bir araştırmaya (Webb, Meckstroth ve Tolan, 1994) göre 15 ile 24 yaş aralığındaki genç bireylerin ölümüne sebep olan durumlar arasında intihar üçüncü sırada gelmektedir (Kanlı, 2011).

2.3. DEPRESYONDA CİNSİYET FARKLILIKLARI

Birçok çalışmada, zaman ve yer fark etmeksizin, kadınların depresyon karşısında her durumda daha yüksek risk altında oldukları gösterilmiştir (Fava and Kendler, 2000).

Depresyon oranlarının, çocukluk döneminde erkekler ve kızlarda benzer olarak gözlemlendiği, ergenlik dönemine gelindiğinde ise kız ergenlerin depresyon

oranın erkek ergenlerin depresyon oranlarına göre iki kat fazla olduğu görülmüştür (Parker ve Roy, 2001). Yapılan diğer bir ergenlik dönemi çalışmasında da ergenlik dönemindeki kızların depresyona erkeklerden daha yatkın olduğu saptanmıştır (Petersen, Sarigiani ve Kennedy, 1991). Compas'ın (1997) yapmış olduğu araştırmanın sonuçlarına göre kızların depresyon puanları 17 yaşına kadar istikrarlı bir şekilde yükselirken, erkeklerin depresyon puanları 15 yaşına kadar sabit kalıp daha sonra yükselme göstermektedir (Twenge ve Hoeksema, 2002).

3. ÖZNEL İYİ OLUŞ

Öznel iyi oluş konusundaki araştırmalar çok eskiye dayanmasa da, mutluluk konusunun ele alınması tarihte çok eskilere dayanmaktadır ve mutlulukla ilgili görüşler Antik Yunan filozoflarından itibaren ortaya çıkmaya başlamıştır (Kangal, 2013). Psikoloji ile ilgili araştırmaların ortaya çıkışından 1980'lere kadar araştırmalar daha çok depresyon, anksiyete gibi negatif duygulara odaklanmış durumdaydı. 1980'den sonra ise pozitif psikolojinin ilerleme göstermesi sonucunda “öznel iyi oluş”, “yaşam doyumu”, “mutluluk” gibi konularda çokça araştırma yapılmaya başlanmıştır (Myers ve Diener, 1995). Bu konuda ilk araştırmalardan birini gerçekleştiren Wilson'a (1967) göre mutlu birey; sağlıklı, genç, iyi eğitim almış, geliri iyi olan, evli, pozitif, dışa dönük, endişesiz bir yapıya ve dindar olma özelliklerine sahip olmaktadır (Diener, 1984).

İyi olma kavramı psikoloji alanının gelişmeye başladığı zamanlarda, herhangi bir sıkıntı ya da bozukluk olmaması sonucu sağlıklı olma durumu şeklinde bir hastalık modeli gibi ele alınmıştır (Park, 2004). Fakat son yıllardaki tanımlarıyla öznel iyi oluş kavramı olumsuz faktörlerin yokluğunu değil, olumlu faktörleri de içermektedir. Hastalık ya da sıkıntı yokluğuna odaklanmış olan geleneksel sağlık ya da iyi olma tanımlamaları, bir bireyin psikolojik iyi oluşunun tam olarak açıklanmasını sağlamamaktadır (Diener, 1994).

Öznel iyi oluş; gerek içinde bulunulan anda gerekse son bir yıl gibi uzun dönemlerde bireyin kendisini ve hayatını ne yönde değerlendirdiğini bilimsel olarak açıklayan bir kavramdır. Bir kişinin sahip olduğu pozitif ya da negatif duygular ve kendi yaşamıyla ilgili hissettiği doyum ile alakalı kişisel ve bilişsel değerlendirmeleri

öznel iyi oluşun tanımını oluşturmaktadır (Diener, 1984). Bu kapsamda bireyin yaptığı değerlendirmeler onun yaşadığı olaylara verdiği tepkiler, duygudurumu, algıladığı yaşam doyumuyla ilgili yargıları, işlevselliği, evlilik ve meslek gibi konulardaki memnuniyetini içerebilir (Diener, Oishi, Lucas, 2003). Bireyin yaşam kalitesini kendi değerlendirmesi şeklinde açıklanan yaşam doyumunu, öznel iyi oluş için önemli bir bileşendir (Diener, 1994).

Öznel iyi oluş hem bireysel hem de toplumsal anlamda yaşam kalitesinin önemli bir ölçüsüdür (Diener, Oishi, Lucas, 2003). Yüksek düzeydeki öznel iyi oluşun, evrimsel açıdan avantajlı olduğu savunulmaktadır. Çünkü öznel iyi oluşun yüksek düzeyde oluşunun bireyde sosyallik, keşif davranışı, merak ve sorunlarla baş etmeyi olumlu yönde etkileyebileceği düşünülmektedir (Diener ve Diener, 1996). Sağlık, eğitim durumu, gelir, medeni hal gibi demografik değişkenlerin öznel iyi oluş kavramı ile ilişkileri düşük orandadır (Diener, Oishi, Lucas, 2003).

Öznel iyi oluş için önemli üç özellik bulunmaktadır. Bunlardan birincisi, öznel olmasıdır. Campbell'a (1976) göre öznel iyi oluş, bireyin kendi deneyimi dahilindedir. İkincisi, öznel iyi oluşun pozitif faktörleri de içinde bulundurmasıdır. Yani öznel iyi oluş zihinsel sağlığın birçok ölçütü için geçerli olduğu şekilde yalnızca negatif faktörlerin yokluğunu değil, bunun dışında pozitif faktörlerin varlığını da açıklamaktadır. Üçüncüsü, öznel iyi oluşun kişinin yaşamı ile ilgili tüm yönlerin genel bir değerlendirmesi şeklinde olduğudur. Memnuniyet belli bir alana etki ediyor gibi görünse de yaşamın geneline ilişkin bir yargıya vurgu yapılmaktadır (Diener, 1984).

Geçmişte öznel iyi oluş tek başına bir kavram olarak ele alındıysa da zamanla, farklı değişkenler ile hepsi birbirinden farklı ilişkiler sergilemekte olan ayrılabilir bileşenlerin olduğu açıkça görülmüştür (Diener, Suh, Lucas, Smith, 1999). Aşağıdaki tabloda öznel iyi oluşun bileşenleri ve alt bileşenleri yer almaktadır.

Olumlu duygulanım	Olumsuz duygulanım	Yaşam doyumu	Yaşam alanı doyumu
Sevinç	Suçluluk	Hayatı değiştirme isteği	İş
Neşe	Utanç	Şuanki yaşam doyumu	Aile
Memnuniyet gururu	Üzüntü	Geçmişle barışık olmak	Boş zamanlar
Sevgi	Endişe ve öfke	Gelecek yaşamdan alınan doyum	Sağlık
Mutluluk	Depresyon	Diğer insanların, kişinin hayatı hakkındaki görüşleri	Gelir düzeyi
Coşku	Stres		Benlik
	Kıskançlık		Arkadaş çevresi

Şekil 1. Öznel İyi Oluşun Bileşenleri ve Alt Bileşenleri

Olumlu duygulanım öznel iyi oluş düzeyinin yükselmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Fredrickson'un (1998) olumlu duygulanım oluşturma ve genişletme kuramında (broad and build theory), insanların düşünce-eylem çeşitliliğini daraltan olumsuz duygulanımın aksine olumlu duygulanım insanların düşünce-eylem çeşitliliğini artırmakta yani düşünce yapılarının sınırlarını genişletmektedir. Bununla ilgili yapılan (Fredrickson, Mancuso, Branigan ve Tugade, 2000) çalışmada olumlu duygulanımları yüksek olan bireylerin olaylara bakış açılarının daha geniş olduğunu ve herhangi bir durumu bütün olarak görme yeteneklerinin gelişmiş olduğunu saptamışlardır. Ayrıca bireyin sık sık yaşamakta olduğu olumlu duyguların, yaşanan stresli yaşam olaylarının etkisini hafifletmekte oldukça işlevsel olduğu da görülmüştür (Fredrickson ve Joiner, 2002).

3.1. ERGENLİKTE ÖZNEL İYİ OLUŞA AİLENİN ETKİSİ

Ergenlik döneminde, aile dinamiklerinin ergenlerin öznel iyi oluşu üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Bununla ilgili yapılan araştırmada; ailede kişiler arası duygusal bağın bulunması, ailedeki sağlıklı iletişim, ergen bireyin kendini aileden dışlanmış ve farklı hissetmemesi, aile içi etkileşimde güven olması gibi durumların

ergen öznel iyi oluşunu olumlu yönde etkilediği belirtilmektedir (Rask, Kurki ve Paavlianien, 2003).

Ergenlikte öznel iyi oluş ile aile ortamının ilişkisi konusunda Joronen ve Kurki'nin (2005) yapmış olduğu çalışma sonucunda aile ve öznel iyi oluş ile ilişkilendirilen altı faktör saptanmıştır. Bunlar; güvenli ev ortamı, iletişimde açıklık, ailenin bir parçası olma, sevgi ortamı, dışsal ilişkiler kurma ve kişinin aile içerisinde bireysel öneminin farkında olmasıdır.

Aile faktörlerinin dışında öznel iyi oluşa etki eden faktörlerden bazıları; bireyin kendisinden memnun olup olmaması, yaşadığı yer ile ilgili memnuniyeti ve arkadaşlarıyla kurduğu ilişkilerden sağladığı doyumdur (Huebner, Suldo, Valois, Drane, Zullig, 2004).

3.2. ÖZNEL İYİ OLUŞU AÇIKLAYAN KURAMLAR

Öznel iyi oluş ile alakalı mevcut literatür araştırıldığında, bazı insanların daha yüksek öznel oluşa sahip olmasının sebeplerini açıklamaya çalışan araştırmacılar tarafından çeşitli kuramlar ortaya çıkarılmıştır.

3.2.1. Erek Kuramı

Erek kuramına göre, bir hedefe ulaşıldığında ya da bir ihtiyaç karşılandığında öznel iyi oluşa ulaşılmaktadır. Bu kuramın temelinde Wilson'ın (1960), ihtiyaçların giderilmesinin mutluluğun ortaya çıkmasını sağladığı, bunun aksine giderilmeyen ve bu şekilde kalıcılığa ulaşan ihtiyaçların ise mutsuzluğa neden olabildiği şeklindeki görüşünün var olduğu bilinmektedir (Diener, 1984). Buna paralel olan diğer bir görüş ise bireyin yaşam doyumunun ihtiyaçlarının giderilmesi ile doğru orantılı olarak artmasıdır (Omodei ve Wearing, 1990).

Bu kurama göre insanın mutlu olabilmesi, hayatıyla ilgili birtakım amaçlar belirleyip bu amaçlara ulaşmasıyla mümkün olmaktadır. Kişinin kendine özel olarak oluşturduğu amaçlar, uzun yıllardır öznel iyi oluş ve bireysel gelişimin artmasında oldukça etkili olarak açıklanmaktadır (Plays ve Little, 1983). İnsan, amaçlarına ulaşma yolunda ilerledikçe insanın pozitif davranışları artış göstermekte, amaçlarına ulaşamadığında ise daha olumsuz tavırlar göstermeye başlamaktadır (Diener, Suh,

Lucas ve Smith, 1999). Bu noktada bireyin belirlediği amaçların, sahip olduğu kaynaklara uygun olması amacın ulaşılabilirliği ve gerçekçiliği açısından önemlidir. Kendilerine ulaşılması kolay ve o anki durum için daha önemli olan amaçlar belirleyen bireylerde mutluluk oranı yüksek ve uzun süreli, dolayısıyla bu bireylerin yaşam doyumu düzeyleri daha yüksek olabilmektedir (Plays ve Little, 1983). Bazı görüşlere göre bireyin belirlediği amaçlar gerçeğe uygun ya da kesin olmadığı takdirde yaşanan mutluluk uzun süreli olmayacaktır (Diener, 1984).

Bireyin hayatıyla ilgili belirlediği amaçlar, içinde yaşamakta olduğu kültürel yapıdan da etkilenmektedir. Bireyselliğin ön planda olduğu toplumlarda bireyin kendisi, çevresinden daha değerli ve önemli olduğu için bu toplumlarda bireyin amaçlarına ulaşması, mutluluğa sahip olması açısından oldukça önemlidir. Topluluk kültürünün yaygın olduğu yerlerde ise bireyin mutlu olması; toplumla kaynaşması ve kendisine bu şekilde yer edinmesine bağlıdır. Bu sebeple bireyler amaçlarını bu hedefe ulaşmak yolunda şekillendirmektedir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

3.2.2. Etkinlik Kuramları

Erek kuramcıları mutluluğun ortaya çıkışını belli amaç ve hedeflere bağlarken, etkinlik kuramlarına göre ise mutluluk insanın amaçlarına ulaşma yolunda etkinlikler gerçekleştirirken aldığı haz olarak tanımlanmaktadır (Diener, 1984). Etkinlik kuramlarındaki önemli görüşlerden biri öz farkındalığın mutluluğu düşüreceği yönündedir (Csikszentmihalyi ve Figurski, 1982). Bu görüş mutluluğun bir amaç değil yan ürün olduğu şeklindeki görüşle paralellik göstermektedir.

Etkinlik kuramı ve öznel iyi oluşla ilgili en açık formülasyon Csikszentmihalyi'nin (1975) akış kuramıdır (Diener, 1984). Bu kuram bireyin yapmakta olduğu faaliyetten doyum sağlamasını sağlayan bütünleyici bir duygu durumu olarak açıklanmaktadır. Akış kuramı hedonik bakış açısına uygun olarak akışın o anda ve sonrasında mutluluk deneyimini teşvik ederek öznel iyi oluşa doğrudan etki sağlamaktadır (Moneta, 2004). Akış kuramına göre kişinin yetenek düzeyiyle yaptığı etkinlikler uygunsa etkinlikten alınan haz yüksektir. Etkinlik bireyin yeteneklerine göre kolaysa birey bu etkinlikten sıkılabilir, etkinlik bireyin yeteneklerine göre zor ise de bireyde anksiyete ortaya çıkmaktadır (Diener, 1984).

Massimi, Csikzentmihalyi ve Carli (1987), akış yaşama becerisinin yetersizliği ya da yapılan işe gösterilen ilginin yetersizliği gibi durumların var olması bireyin zihinsel sağlık problemlerinin olabileceğine işaret etmektedir (Moneta, 2004).

Ormel, Lindenberg, Steverink ve Verbrugge'e (1999) göre etkinlik kuramları ve erek kuramı arasında tahmin edildiği kadar fazla farklılık yoktur. Bireyin seçtiği hedefler, onun evrensel gereksinimlerini karşılamaya hizmet edecek bireysel planlarıdır. Bu nedenle yapılan etkinlikler ihtiyaçlar ya da amaçlar ile ilgili memnun edici olsalar da olmasalar da, etkinlikler olumlu duygulanıma sebep olmaktadır. Bu etkinliklerin yokluğu ise olumsuz duygulanımı ortaya çıkarmaktadır.

Özetle, etkinlik kuramlarında mutluluk bir sonuç olarak değil, etkinlik sürecinde bireyin yaşadığı bir kazanım olarak ele alınmaktadır. Bireyin beceri düzeyi de bu süreçte yaşadığı mutluluk düzeyine etki etmektedir. Farklı bir bakış açısına göre, etkinlikler amaçlara ulaşmak için yapılan şeyler olduğu için hazzın her şekilde mevcut olacağı, buna dayanarak da erek ve etkinlik kuramlarının benzer olarak düşünülebileceği söylenmektedir.

3.2.3. Aşağıdan Yukarı ve Yukarıdan Aşağı Kuramlar

Öznel iyi oluş kavramını açıklayan kuramlardan biri de aşağıdan yukarıya (Bottom up) yaklaşımdır. Aşağıdan yukarıya yaklaşım Wilson'ın insanın temel ve evrensel ihtiyaçları olduğu fikrine dayanmaktadır. Buna göre bireyin mevcut koşulları, onun ihtiyaçlarını gerçekleştirmesine izin veriyorsa birey mutluluğa sahip olmaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bu yaklaşımın açıklanmasına göre öznel iyi oluş, bireyin yaşamında en önemli olan memnuniyet alanları ile ilgili mevcut yaşantılarının birleşiminden ortaya çıkmaktadır (Dost, 2004). Bu görüş, bazı filozofların, mutluluğun küçük çapta birden çok hazzın toplamından ortaya çıkmış olduğu görüşünü de destekler niteliktedir.

Öznel iyi oluş ile aşağıdan yukarı yaklaşımın ilişkisine dair yapılan birçok araştırmada kullanılan yaş, cinsiyet, gelir düzeyi, eğitim düzeyi, medeni durum gibi bağımsız demografik değişkenlerin öznel iyi oluş ile ilişkisinin yüzde 20'nin altında çıkması ise araştırmacıları, öznel iyi oluşta kişinin olaylar ve durumlar ile ilgili

algısını belirleyen yapıyı öğrenmek için yukarıdan aşağı (Top-Down) yaklaşıma yöneltmiştir (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Yukarıdan aşağı yaklaşımında, bireyin genel kişilik özelliklerinin olaylara tepki verme şeklini belirlediği açıklanmaktadır. Örneğin, mutlu bir mizaca sahip bireylerin olaylar hakkındaki genel yorumları olumlu yönde olmaktadır. Filozoflar bu konuda genellikle tutumlardaki mutluluğu ön plana çıkararak yukarıdan aşağı yaklaşımı benimsemişlerdir. Örnek olarak Democritus, “mutlu bir hayat güzel bir servete ya da başka dışsal olaylara bağlı değildir, mutluluk büyük ölçüde bireyin zihnindedir.” demiştir (Diener, 1984). Böylece yukarıdan aşağı yaklaşımın, yaşam şartları ve diğer dışsal özellikleri aynı olan farklı bireylerin öznel iyi oluş düzeylerinin birbiriyle aynı düzeyde olmamasının açıklamasını yapmış olduğu söylenebilir.

Görüldüğü üzere aşağıdan yukarı yaklaşım, dışsal yaşam koşullarının öznel iyi oluşu doğrudan ya da dolaylı bir şekilde etkilemekte olduğunu söyler. Yukarıdan aşağı yaklaşım ise genel kişilik özelliklerinin öznel iyi oluş üzerindeki etkileri üzerinde durmuştur.

Diğer bir görüş ise hem bireyin kişilik özelliklerinin hem de dışsal faktörlerin bireyin yaşamını yorumlamasında etkisi olduğunu ve bu yorumların da kişinin öznel iyi oluş düzeyi üzerinde etkileri olduğunu öne sürmektedir ve böylece yukarıdan aşağı ve aşağıdan yukarı yaklaşımların anlamlı bir şekilde bütün olarak ele alınabileceğini savunmuşlardır (Brief, Butcher, George ve Link, 1993).

3.2.4. Çok Yönlü Uyuşmazlık Kuramı

Çok yönlü uyumsuzluk kuramı 1985 yılında Michalos tarafından geliştirilmiştir. Michalos’un açıklamasına göre bireyler kendilerini ihtiyaç ve istekler, mevcut koşullar, memnuniyet ve hedefler gibi birçok yönden karşılaştırmaktadırlar. Memnuniyet ile ilgili yargıları, mevcut koşulları ile karşılaştırma yaptıkları standartların farklılığına göre belirlenmektedir. Mevcut koşullar ile karşılaştırılan standartlar arasındaki fark azsa memnuniyet yüksek, fazlaysa memnuniyet düşüktür (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Andrews ve Robinson'a (1991) göre öznel iyi oluş, yaşamın farklı alanlarındaki birçok bilginin farklı zihinsel kombinasyonları sonucunda oluşmaktadır. Bu noktada bireyin ölçüt aldığı fikirler; bireyin yakınında olanların sahip olduğu şeyler, bireyin geçmişte sahip olduğu en iyi durum, bireyin mevcut döneme kadar sahip olmak istedikleri, bireyin bundan sonrasında sahip olmayı istedikleri ve bir bireyin ihtiyacı olduğunu düşündüğü şeylerdir (Dost, 2004).

Çok yönlü uyumsuzluk kuramlarına kıyasla daha az karmaşık olan tek faktörlü uyumsuzluk kuramlarına göre öznel iyi oluşun açıklaması, bireyin mevcut durumu ve öznel olarak algıladığı ideal durum arasındaki büyük orandaki farklılık şeklindedir. Her iki kuramda da bireyin karşılaştırma yaptığı durumların kaynağı duygusal ya da bilişsel olabilmektedir. (Mpofu, 1999).

Çok yönlü uyumsuzluk kuramlarının öne çıkan çeşitlerinden biri sosyal karşılaştırma kuramıdır. Sosyal karşılaştırma kuramına göre birey diğer bireyleri standart olarak düşünür ve eğer diğerlerinden daha iyiye mutlu, aksi takdirde mutsuzdur (Carp ve Carp, 1982). Wood (1996) sosyal karşılaştırmayı "Bireyin kendisiyle ilişkili diğer kişi ya da kişilerin mevcut koşulları ile ilgili düşünme süreci" olarak açıklamıştır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Bireyin kişilik özelliklerinin sosyal karşılaştırma biçimini etkilemekte olduğu söylenmektedir (McFarland ve Miller, 1994). Depresif olmayan ve optimist bireyler kendilerinden daha alt durumdaki bireylere odaklanırken, depresif ve pesimist bireyler daha iyi performanslara sahip bireylere odaklanmaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999). Ayrıca bireyin kendini mevcut halinden daha iyi hissedeceğini öngördüğü zamanlarda, kendini diğer bireylerle karşılaştırma yoluna gidebileceğini söylenmektedir (Brown ve Dutton, 1995). Aksi durumda birey karşılaştırma yapmayı tercih etmemektedir.

3.2.5. Uyum Kuramı

Mevcut koşullara uyum sağlama ya da alışkanlık kazanma fikri, öznel iyi oluş ile ilgili kuramların merkezi halindedir. Evrimsel bakış açısında da birey herhangi bir değişiklik karşısında bu değişikliğe uyum sağlamaktadır (Diener, Suh, Lucas ve Smith, 1999).

Uyum, tekrarlanan veya devam eden uyaranlara karşı mevcut tepkinin azalması olarak açıklanmaktadır (Helson, 1947). Bireyin yeni duruma uyum sağlamasıyla birlikte, duruma verilecek olan tepkide görülmesi beklenen azalma, bir süreç içerisinde gerçekleşmektedir. Örneğin; birey karşılaştığı bir yeni duruma üç aydan daha kısa sürede uyum göstermeye başlamaktadır (Suh, Diener ve Fujita, 1996). Bu süre bireyin yaşadığı duruma göre değişiklik göstermektedir. Yapılan diğer bir araştırmada boşanmış olan kadınların, boşanmalarının üzerinden iki yıl geçmesine rağmen depresif belirtilerinin ve yalnızlık hissinin sona ermediği belirtilmektedir (Stroebe, Stroebe, Abakoumkin ve Schut, 1996).

Birey, farklı bir durumla karşılaştığı ilk dönemde durumun niteliğine göre kendini mutlu veya mutsuz hissetmektedir. Fakat zaman geçtikçe durumun ilk dönemde yaratmış olduğu duygu yoğunluğu azalacak ve birey duruma uyum sağlamaya başlayacaktır (Diener, 1984). Buna örnek olarak birey, yaşamış olduğu önemli olayların (afet, ölüm vb.) sonrasında, bu olayların yarattığı etkiyle baş etmeyi ve çeşitli stratejilerle beraber yaşanan olayın üstesinden gelmeyi öğrenmektedir (Lucas, 2007).

Frederick ve Loewenstein (1999) uyum sürecinin üç önemli işlevi bulunduğunu belirtmektedir. Birincisi; bu süreç bireyin yaşadığı duygu yoğunluğunun çok uzun süreli olmasını engelleyerek bireyi olumsuz psikolojik ve fizyolojik sonuçlardan korumaktadır. İkinci olarak; uyum süreci değişmeyen uyaranın bir süre sonra dikkatin arka planına itilmesi dış değişikliklere olan dikkati arttırmaktadır. Dış değişikliklere dikkat etmek de yeni değişiklikleri fark etmek açısından önem taşımaktadır. Üçüncü olarak ise; uyum süreciyle zaman geçtikçe duygusal yoğunluğun azalması, bireyin başarı sağlayamayacağı hedeflerde zaman kaybetmemesini sağlamaktadır (Lucas, 2007).

3.2.6. Ryff'in Psikolojik İyi Oluş Kuramı

Psikolojik sorunlar ile ilgili çalışmalara bakıldığında Psikolojik rahatsızlıklarla ilgili çalışmaların psikolojik iyi oluş ile ilgili olanlardan çok daha fazla olduğu görülmüştür. Bireyde eğer anksiyete, depresyon gibi psikolojik sorunlar görülüyorsa birey psikolojik olarak sağlıklı kabul edilmekteydi. Bu düşünce

olumlu yöndeki psikolojik işlevler ile ilgili araştırmaların göz ardı edilmesine sebep olmuştur (Ryff, 1995).

Psikolojik iyi oluş yalnızca psikolojik sorunun mevcut olmaması değil, olumlu psikolojik durumun da bulunması şeklinde tanımlanmaktadır (Ryff, 1995). Bu açıklamadan yola çıkarak psikolojik iyi oluşun anlamı ile ilgili araştırmalara başlanmıştır. Psikolojik iyi oluşu tanımlamada birkaç kuramsal yaklaşım etkili olmaktadır. Öncelikle yaşam boyu gelişim psikolojisi iyi oluşun birçok tanımını içermektedir. Bu tanımlar; Erikson'un gelişim evreleri (1959), Bühler'in temel yaşam eğilimleri (1935), Neugarten'ın yaşlılık ve yetişkinlikteki kişilik değişimi (1973)'dir. Klinik psikoloji alanında ise Maslow'un kendini gerçekleştirme kuramı (1968), Rogers'ın tam işlevsellik kuramı (1961), Jung'un birey olma kavramı (1933) ve Allport'un olgunluk kavramı (1961) psikolojik iyi oluşa temel oluşturmuştur (Ryff, 1995; Ryff ve Keyes, 1995). Birçok formülle tanımlanan iyi oluş özelliklerine göz atıldığında farklı araştırmacılar tarafından pozitif psikolojik işlevsellik ile ilgili benzer özellikler yazılmış olduğu görülmektedir (Ryff, 1989). Bu özellikler psikolojik iyi oluşun alt boyutları olarak literatürde yer bulmaktadır. Bu alt boyutlar; kendini kabul, yaşam amacı, çevre hakimiyeti, otonomi (özerklik), kişisel gelişim, olumlu ilişkilerdir (Ryff, 1995). Hepsi aşağıda ayrıntılı biçimde açıklanmaktadır.

Kendini Kabul: Bu kavram, bireyin kendisi ve geçmişini olumlu bir şekilde değerlendirmesini içermektedir (Ryff ve Keyes, 1995). Ömür boyu gelişim kuramlarına göre, bireyin benliğini ve geçmiş hayatını olduğu gibi kabullenmesi pozitif psikolojik işlevin önemli bir özelliğidir (Ryff, 1989). Buna örnek olarak Erikson'un gelişim kuramında kişinin geçmişi ve bugününü kabullenmesinin önemine yaptığı vurgu gösterilmektedir (Ryff ve Essex, 1991). Kendini kabul kavramı, üst düzey işlevsellik, olgunluk ve kendini gerçekleştirme kuramları için de oldukça önemli kabul edilmektedir (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995).

Yaşam Amacı: Hayatta bireyin amaç ve anlam taşımakta olan inançlarının olması zihinsel sağlık için oldukça önemlidir. Yaşamda olumlu işlevselliğe sahip olan bireylerin, hedefleri ve yaşama dair amaçları vardır. Bunların hepsi hayatın anlamlı olduğu duygusuna katkıda bulunmaktadır (Ryff, 1989). Yaşam amacı olan bireylerin her zaman plan ve hedefleri vardır. Bu bireyler geçmiş ve şimdiki yaşamın

bir anlamı olduğuna inanmaktadırlar. Kendilerine yaşamda bir amaç sağlayan düşüncelerinden vazgeçmezler. Yaşamak için hedefleri ve öznel bakış açıları vardır (Ryff, 1995).

Olumlu İlişkiler: Bu kavram, bireyin diğer insanlarla nitelikli ilişkiler kurması olarak açıklanmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995). Farklı birçok kuramda, bireyin diğerleriyle kaliteli ilişkiler kurması sosyal ilişkilerinin sağlıklı olduğunun önemli bir göstergesidir. Örneğin; Erikson'un psikososyal gelişim evreleri kuramında bireyin sosyal ilişkilerinde başarısının bulunması, onun psikolojik olarak sağlıklı olduğunun bir kanıtı olduğu olarak belirtilmektedir (Ryff, 1989). Kendini gerçekleştirme kuramına göre bu durum, sağlam sevgi besleyebilme ve yakın ilişkili arkadaşlıklar kurabilmeyi, aynı zamanda güçlü bir empati duygusunun gelişebilmesini sağlamaktadır (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995).

Çevre Hâkimiyeti: Bu kavram bireyin yaşamını ve yaşamını çevreleyen dünyasını işlevsel bir şekilde yönetebilme becerisi şeklinde tanımlanmaktadır (Ryff ve Keyes, 1995). Psikolojik durumuna uygun ortamları seçme ya da oluşturma becerisi bireyin zihin sağlığının önemli bir ölçütüdür. Yaşam boyu gelişim kuramları, hayatlarını etkin bir şekilde yönetme konusunda beceri sahibi olan bireylerin içinde bulundukları ortama uyum sağlama konusunda daha başarılı olduklarını belirtmektedir (Ryff, 1989). İçinde bulunduğu ortamlarda kontrol sağlayabilen, çevrede bulunan imkanlardan kaliteli biçimde yararlanmayı bilen, kendi değer ve gerekliliklerine uygun ortamları belirleyebilen ve çevresini yönetme yeteneği olan bireylerin çevre hakimiyetinin iyi düzeyde olduğu söylenebilir (Ryff, 1995).

Otonomi(Özerklik): Bu kavram bireyin kendi hayatını belirlemesi ve yaşamı hakkında kendi kararlarını vermesi anlamına gelmektedir (Ryff ve Keyes, 1995). İşlevselliğini tam anlamıyla ortaya koyabilen birey başka bireylerin onayına gereksinim duymamakta, kendi iç deneyimiyle hareket etmeyi tercih etmektedir. Özerk bireyler, hayatlarının işleyişine kendileri karar veren ve çevresindeki toplumsal kültüre uyum sağlamak zorunda hissetmeyen bireylerdir (Ryff, 1989). Kant'a (1781) göre özerklik bireye saygınlığını kazandırmaktadır (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995). Özerk bireyler, kendi kararlarını vermekte bağımsızdırlar ve böylece sosyal baskılara boyun eğmeyerek düşünce ve hareketlerini kendileri

belirleyebilmektedirler. Bu bireyler kendi yaşamlarını kişisel standartlarıyla değerlendirmekte ve yaşamaktadırlar (Ryff, 1995).

Kişisel Gelişim: Kişisel gelişim kavramı sürekli devam eden bir gelişim hissini tanımlamaktadır. Birey hayatında bir büyüme ve gelişme görmektedir, yeni tecrübelere her zaman açık ve kendi potansiyelinin farkındadır. Böylece birey, kendi hayatında ve davranışlarında zamanla ilerlemeler gözlemlemektedir (Ryff, 1995). Klinik alanda; bireyin kendini gerçekleştirme ve var olan potansiyelinin farkında olması onun kişisel gelişimi için oldukça önemlidir. Yaşam boyu gelişim kuramlarında da bireyin, farklı yaşam gerekliliklerinin ve zorlukların üstesinden gelmesi konusuna vurgu yapılarak zamanla kişisel gelişimin devam etmesi ve kendini gerçekleştirme'nin önemli konulardan biri olduğu belirtilmektedir (Ryff, 1989). Rogers da kişisel gelişimin yüksek düzeyde psikolojik işlevsellik açısından önemli olduğunu ve bu kavramın bir içgüdü olduğunu vurgulamıştır (Cooper, Okamura ve McNeil, 1995).

4. ARAŞTIRMANIN AMACI

Günümüz eğitim sistemi, eğitim hayatının ilk yılından itibaren başarı odaklı ve rekabet ortamına zemin hazırlar şekilde işlemektedir. Oluşturulan bu rekabet ortamı birçok bireyin, özellikle ergenlik döneminde mükemmeliyetçi bir yapı geliştirmeye başlamasına zemin hazırlamakta ve gittikçe artan bu mükemmel olma arzusu ergenlik dönemindeki bireylerde büyük bir stres unsuru olmaktadır. Mükemmeliyetçilik, bireyin kendini aşırı derecede eleştirel ve aşırı yüksek standartlarla değerlendirmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Mükemmeliyetçiliğe çok boyutlu bakış açısının kazandırılmasıyla birlikte bu kavramın alt boyutlarının özellikle depresyon ve stresle bağlantılı olduğu araştırma sonucunda saptanmıştır (Frost, Martin, Lahert ve Rosenblate, 1990).

Rekabet ve başarı odaklı eğitim sisteminin dışında ergenlik dönemi bireyin bilişsel, duygusal ve fiziksel olarak birçok değişimle karşı karşıya kaldığı önemli bir dönemdir. Bu değişiklikler kısa bir süreç içerisinde gerçekleşmektedir. Uyum sağlaması gereken bu ani değişiklikler karşısında birçok ergen birey, psikolojik problemlerle bu dönemde tanışmaktadır (Kim, 2003). Mevcut süreçte ortaya çıkan

birçok problem içinde depresyon ilk sıradadır (Dopheide, 2006). Depresyon ergenlerin okul performansı, sosyal ilişkileri, ilgi ve yetenekleri gibi birçok önemli konuda etkili olmakta ve yaşamla ilgili olumsuz bir algıya sahip olmalarına sebep olmaktadır.

Ergenlik dönemiyle ilişkili, bahsedilen diğer konularla bağlantılı olarak araştırılması gereken bir duygu da mutluluktur. Çünkü mutluluk bireyin ulaşmak istediği ve amaç edindiği en önemli duygulardan biridir (Sin ve Lyubomirsky, 2009). Mutlulukla bağlantılı olan öznel iyi oluş da bireyin yaşam kalitesi, ilgi ve ilişkileri gibi konuları etkileyen bir kavram olarak bilinmektedir. Bu yönden öznel iyi oluş düzeyinin depresyon düzeyine etki etmesi beklenmektedir. Bunun dışında literatürde mükemmeliyetçiliğe çok boyutlu bakış açısında dahi çoğunlukla olumsuz yaklaşılmakta olduğu görülmektedir. Öznel iyi oluş ile ilişkilerinin incelenmesi sonucunda mükemmeliyetçiliğin olumlu tarafının göz önüne çıkması da mümkündür.

Bütün bunlar düşünüldüğünde ergen bireylerin mükemmeliyetçi bir yapı geliştirmesindeki sebeplerinin değerlendirilmesi, öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olmasını sağlamak konusunda gereken desteğin sağlanması önem taşımaktadır. Bu hedeflere katkı sağlamak yönünde yapılan bu çalışmada ergenlik dönemindeki bireylerin mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmaktadır.

İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1. KATILIMCILAR

Bu araştırmaya Sakarya'nın Hendek ilçesinde lise öğrenimine devam etmekte olan 14-18 yaş arasındaki 350 birey katılmıştır.

2.2. ARAÇ-GEREÇ

Katılımcıların değerlendirilmesi Sosyodemografik Bilgi Formu, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu ile gerçekleştirilmiştir.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın değişkenleri olan mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluşun çeşitli demografik değişkenler ile ilişkileri incelenmiştir. Bu değişkenler; cinsiyet, yaş, gelir durumu, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba çalışma durumu, ebeveyn tutumları, yaşam memnuniyeti, ailede karar alan kişiler, bireyin kaçınıcı sınıfta olduğu, başarı durumu ve not ortalaması olarak belirlenmiştir.

2.2.2. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Mükemmeliyetçilik kavramını çok boyutlu olarak değerlendirmek amacıyla Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate (1990) tarafından geliştirilen ölçekte 35 madde bulunmaktadır. 1 “Kesinlikle katılmıyorum” ve 5 “Kesinlikle katılıyorum” arasında Likert tipi ölçümle değerlendirilen ölçek altı boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar; hata endişesi, organizasyon, kişisel standartlar, ebeveyn beklentileri, ebeveyn eleştiriciliği ve eylemlerden şüphe duyma/emin olamamadır. Bireyin bu boyutlardan aldığı puan ile mükemmeliyetçilik düzeyi doğru orantılıdır. Ölçekte bu boyutlardan hata endişesi 9, organizasyon 6, kişisel standartlar 6, ebeveyn beklentileri 5, ebeveyn

eleştiriciliği 4 ve eylemlerden şüphe duyma/emin olamama 5 maddeden oluşmaktadır.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasını Taşdemir (2003), farklı fen liselerinde (Erzincan, Ordu, Kayseri, Zonguldak, Trabzon ve Samsun) öğrenim görmekte olan öğrencilerden oluşan 489 kişilik katılımcı grubuyla gerçekleştirmiştir. Örneklem grubuna uygulanan ölçeğe daha sonra geçerliğini ölçmek amacıyla faktör analizi uygulanmıştır. Sonrasında ise örneklem Sphericity ve örneklem uygunluğu testleri uygulanmıştır. Örneklem uygunluk katsayısının 0,84 olduğu görülmüştür. Sphericity de 4961,42 ile 0,001 düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Faktör yüklemeleri: "Organizasyon" (0,63-0,82), "Hata Endişesi" (0,31-0,70), "Eylemlerden Şüphe Duyma/Emin Olamama" (0,40-0,68), "Ebeveyn Beklentileri" (0,55-0,73), "Ebeveyn Eleştiriciliği" (0,41-0,68), "Kişisel Standartlar" (0,44-0,62) (Hamarta, 2009).

Ölçeğin güvenirlik çalışması için Cronbach Alfa (α) iç tutarlılık ve yarıya bölme yöntemleri kullanılmıştır. Ölçeğin genel güvenirlik katsayısı (α) 0,83 olarak hesaplanmıştır. Güvenirlik katsayıları (α) hata endişesi için 0,77, organizasyon için 0,87, kişisel standartlar için 0,63, ebeveyn beklentileri için 0,71, ebeveyn eleştiriciliği için 0,65 ve eylemlerden şüphe duyma/emin olamama için 0,61'dir. Yarıya bölme güvenirlik katsayısı ise 0,80'dir (Taşdemir, 2003).

2.2.3. Beck Depresyon Ölçeği

Depresyon sırasında bilişsel, motivasyonel, duygusal ve bedensel yönden ortaya çıkan belirtileri ölçmek için kullanılmakta olan Beck Depresyon Ölçeği, 21 maddeden oluşmaktadır. Bu maddelerin her birinde kendini değerlendirmeye yönelik bir cümleden oluşan 4 seçenek bulunmaktadır. Her madde için alınabilecek puan 0 ile 3 arasında değişmektedir. Tüm maddelerden alınan puanların toplamı ile depresyon düzeyi doğru orantılıdır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı yarıya bölme güvenirliği yöntemiyle 0,86 olarak hesaplanmış, daha sonra Spearman-Brown düzeltmesi sonucunda 0,93 olarak belirlenmiştir (Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbauch, 1961). Bu ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği, MMPI (Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri)'nin depresyon alt boyutu ile karşılaştırılarak belirlenmiş ve kesme noktasının 17 olduğu belirlenmiştir (Hisli,

1988). Sonrasında üniversite öğrencileri ile yapılan çalışma da bu araştırmada ortaya çıkan sonuçları desteklemiştir (Hisli,1989).

2.2.4. Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu

Öznel iyi oluş ölçeği, öncelikle üniversite öğrencileri ile hazırlanmış (Tuzgöl Dost, 2004), daha sonra lise öğrencilerine uyarlama çalışması gerçekleştirilmiştir (Özen,2005). 37 maddeden oluşmaktadır ve seçenekleri “hiç uygun değil” ile “tamamen uygun” arasında olan 5’li Likert tipi bir ölçektir. Her bir maddenin puanlaması 1 ile 5 arasındadır. Ölçekteki maddelerden 15’i olumsuz, 22’si olumlu ifadelerdir. Bu olumsuz ifadeler; 1, 3, 5, 9, 12, 16, 17, 20, 22, 25, 28, 30, 31, 33 ve 36. maddelerdir. Bu maddeler puanlamada ters çevrilmektedir. Bu ölçekten alınabilecek en düşük puan 37, en yüksek puan ise 185’tir. Alınan puanın yüksekliği ile öznel iyi oluş düzeyinin yüksekliği doğru orantılıdır (Özen, 2005).

Ölçeğin güvenirliğini ölçmek amaçlı kullanılan test-tekrar test çalışması sonucunda Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı 0,82 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin Cronbach-Alfa güvenirlik katsayısı ise 0,91 olarak bulunmuştur (Özen, 2005).

Ölçeğin yapı geçerliğini belirlemek amacıyla faktör analizi yapılmıştır. Bulunan sonuçlar Öznel İyi Oluş Ölçeği Üniversite Formu ile karşılaştırılmış ve katsayı 0,85 olarak bulunmuştur. Bu sonuç ile iki ölçeğin faktör yapılarının benzerlik gösterdiği belirlenmiştir. Ölçeğin ölçüt geçerliğine bakmak amacıyla Oskay (1988)’ın Türkçeye uyarlamış olduğu Reynolds Ergen Depresyon Ölçeği ile arasındaki korelasyon hesaplanmıştır. Spearman katsayısı ile yapılan hesaplama sonucunda -0,60 olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Özen, 2005).

2.3. UYGULAMA

Veri toplanırken katılımcılara kişisel bilgi formu, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Öznel İyi Oluş Ölçeği-Lise Formu uygulanmıştır. Uygulama Sakarya ili Hendek ilçesindeki 2 lisenin Rehberlik ve Danışmanlık dersi saatlerinde gerçekleştirilmiş, anket formları elden verilmiş ve uygulama öncesinde katılımcı bireylere araştırmanın amacıyla ve ortalama uygulama süresiyle ilgili bilgi verilmiştir. Uygulama 10-15 dakika sürmektedir.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Bu araştırmanın veri analizi SPSS (IBM Statistical Package for the Social Sciences) 20.0 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. Cinsiyet, yaş, gelir durumu, anne-baba birliktelik durumu, anne-baba çalışma durumu, algılanan ebeveyn tutumları, yaşamdan memnuniyet, ailede karar alma şekli, eğitime devam ettiği sınıf, başarı durumu ve not ortalaması değişkenlerinin sayı ve yüzde dağılımları verilmiştir. Araştırmada kullanılmış olan ölçeklerin betimleyici istatistikleri ile güvenirlik ve madde analizlerine ilişkin bulgular sunulmuştur. Ayrıca katılımcıların Beck Depresyon Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve altboyutlarının toplam puan ortalamaları arasında hesaplanan korelasyon katsayıları, söz konusu ölçeklerden elde edilen toplam puan ortalamalarının sosyo-demografik değişken grupları açısından farklı gruplar için t-testi analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile karşılaştırma sonuçları sunulmuştur.

2.5. SONUÇLAR

Araştırmanın bu kısmında, örneklem grubunun betimleyici bilgileri, mükemmeliyetçilik, depresyon, öznel iyi oluş ve sosyodemografik değişkenlerin aralarındaki ilişkilere yer verilmiştir.

Tablo 1. Sosyo-demografik Değişkenlerin Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	194	55,4
	Erkek	156	44,6
	Toplam	350	100,0
Yaş	14 yaş	13	3,7
	15 yaş	116	33,1
	16 yaş	115	32,9
	17 yaş	85	24,3
	18 yaş	21	6,0
	Toplam	350	100,0
Sınıf	9. sınıf	107	30,6
	10. sınıf	112	32,0
	11. sınıf	96	27,4
	12. sınıf	34	9,7
	Toplam	349	99,7
Gelir Durumu	Kötü	11	3,1
	Orta	210	60,0
	İyi	129	36,9
	Toplam	350	100,0
Öznel Başarı Değerlendirmesi	Başarısız	12	3,4
	Biraz Başarılı	171	48,9
	Başarılı	152	43,4
	Çok Başarılı	14	4,0
	Toplam	349	99,7
Yaşam Memnuniyeti	Memnun Olanlar	205	58,6
	Biraz Memnun Olanlar	111	31,7
	Memnun Olmayanlar	34	9,7
	Toplam	350	100,0

Bu araştırmanın katılımcıları, %55,4' ü (n=194) kadın ve %44,6'sı (n=156) erkek olmak üzere toplamda 350 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların %3,7'si (n=13) 14 yaş grubunda, %33,1'i (n=116) 15 yaş grubunda, %32,9'u (n=115) 16 yaş grubunda, %24,3'ü (n=85) 17 yaş grubunda ve %6'sı (n=21) 18 yaş grubunda yer almaktadır. Katılımcıların %30,6'sı (n=107) 9. sınıfta, %32'si (n=112) 10. sınıfta, %27,4'ü (n=96) 11. sınıfta ve %9,7'si (n=34) 12. sınıfta eğitim görmektedir. Ayrıca katılımcıların %3,1'i (n=11) gelir durumlarının kötü olduğunu, %60,0'ı (n=210) gelir durumlarının orta düzeyde olduğunu ve %36,9'u (n=129) gelir durumlarının iyi olduğunu bildirmiştir. Bunların yanı sıra katılımcılardan öznel başarılarını değerlendirmeleri istendiğinde, öğrencilerin %3,4'ü (n=12) kendisini başarısız bulduğunu, %48,9'u (n=171) kendisini biraz başarılı bulduğunu, %43,4'ü (n=152) kendisini başarılı bulduğunu ve %4'ü (n=14) kendisini çok başarılı bulduğunu

belirtmiştir. Katılımcıların %58,6'sı (n=205), yaşamından memnun olduğunu bildirirken %31,7'si (n=111) yaşamından biraz memnun olduğunu ve %9,7'si (n=34) yaşamından memnun olmadığını aktarmıştır (Bk. Tablo 1).

Tablo 2. Ebeveyne İlişkin Değişkenler Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişkenler	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Yüzde
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikte Olanlar	334	95,4
	Ayrı Olanlar	9	2,6
	Annesi Vefat Edenler	1	,3
	Babası Vefat Edenler	6	1,7
	Toplam	350	100,0
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	32,9
	Çalışmıyor	233	66,6
	Toplam	348	99,4
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	88,6
	Çalışmıyor	34	9,7
	Toplam	344	98,3
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	70,9
	Tutarsız	40	11,4
	Baskıcı	61	17,4
	Toplam	349	99,7
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	9,4
	Sadece Baba	23	6,6
	Anne-Baba Birlikte	126	36,0
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	47,7
	Toplam	349	99,7

Bunların dışında çalışmaya katılan kişilere, ebeveynlerinin birliktelik durumları, herhangi bir işte çalışıp çalışmadıkları, algıladıkları ebeveyn tutumu ve ailede ne şekilde karar alındığı sorulmuştur. Bildirilen sonuçlara göre, katılımcıların %95,4'ü (n=334) ebeveynlerinin birlikte olduğunu, %2,6'sı (n=9) ebeveynlerinin ayrı olduğunu, %0,3'ü (n=6) annesinin vefat ettiğini ve %1,7'si (n=6) babasının vefat ettiğini bildirmiştir. Ebeveynlerin çalışma durumuna ilişkin bulgular incelendiğinde, katılımcıların %32,9'u (n=115) annesinin çalıştığını, %66,6'sı (n=233) annesinin çalışmadığını, %88,6'sı (n=310) babasının çalıştığını ve %9,7'si (n=34) babasının çalışmadığını belirtmiştir. Katılımcılardan ebeveynlerin onlara karşı olan tutumlarını değerlendirmeleri istendiğinde, %70,9'u (n=248) ebeveynlerinin destekleyici olduğunu, %11,4'ü (n=40) ebeveynlerinin tutarsız bir tutum sergilediğini ve %17,4'ü (n=61) ebeveynlerinin baskıcı olduğunu aktarmıştır. Son olarak ailede kararların ne şekilde alındığı sorulduğunda, çalışmaya katılan kişilerin %9,4'ü (n=33) ailelerinde

kararları sadece annelerinin aldığını, %6,6'sı (n=23) kararları sadece babalarının aldığını, %36'sı (n=126) kararları anne ve babalarının birlikte aldığını ve %47,7'si (n=167) karar alma sürecine bütün aile üyelerinin birlikte katıldıklarını bildirmiştir (Bk. Tablo 2).

Tablo 3. Ebeveynin Birliktelik Durumu Açısından Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Yüzde
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikte Olanlar	334	95,4
	Ayrı Olanlar	16	4,6
	Toplam	350	100,0

Ebeveynin birliktelik durumu değişkenine ilişkin sayı ve yüzde dağılımları incelendiğinde, annesi ve/veya babası vefat eden kişi sayısının çok az olduğu görülmüştür. Bağımsız değişken gruplarını analize uygun hale getirebilmek amacıyla mantıklı birleştirme yoluna gidilmiş, anne ve/veya babası vefat eden grup ile ebeveynleri ayrı olan grup birleştirilmiştir. Bu doğrultuda ebeveyni ayrı ve birlikte olanlar şeklinde iki grup oluşturulmuştur. Son durumda ebeveynlerin birliktelik durumları incelendiğinde, katılımcıların %95,4'ünün (n=334) ebeveynlerinin birlikte olduğu ve %4,6'sının (n=16) ebeveynlerinin ayrı olduğu görülmektedir (Bk. Tablo 3).

Tablo 4. Yaş ve Başarı Not Ortalaması Değişkenleri için Betimleyici İstatistikler

Değişkenler	En Küçük Değer	En Büyük Değer	Ortalama	Standart Sapma
Yaş	14	18	15,96	0,982
Başarı Not Ortalaması	40,00	100,00	74,4716	11,34424

Araştırmaya katılan kişiler, 14-18 yaş aralığında dağılım göstermiş ve yaş ortalaması 15,96 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca, çalışmaya katılan öğrencilerin, akademik başarılarının göstergesi olarak not ortalamaları sorulmuş, sonuçlar incelendiğinde, not dağılımının 40 ile 100 puan arasında değiştiği değişim gösterdiği görülmüştür. Çalışmaya katılan kişilerin grup ortalaması 74,47 olarak hesaplanmıştır görülmektedir (Bk. Tablo 4). Bununla birlikte, öğrencilerin not ortalamalarını sosyo-demografik değişkenler açısından karşılaştırmak amacıyla örneklemin grup

ortalaması dikkate alınarak ortalamanın altında olanlar ve ortalamanın üstünde olanlar şeklinde iki grup oluşturulmuştur (Bk. Tablo 12).

Tablo 5. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri

Toplam Puan	En Küçük Değer	En Büyük Değer	Ortalama	Standart Sapma
Öznel İyi Oluş Ölçeği	59	181	126,35	22,767
Beck Depresyon Ölçeği	0	55	15,53	10,824
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	50	165	103,06	16,418
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu	9	44	23,36	6,402
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu	10	34	22,08	4,300
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu	5	25	16,01	4,046
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu	4	20	8,66	3,429
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyma/Emin Olamama Altboyutu	4	20	11,23	3,260
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu	6	30	21,72	4,512

Araştırmaya katılan 350 kişinin “Öznel İyi Oluş Ölçeği” toplam puan ortalaması 126,35 olarak hesaplanmıştır. Katılımcılar bu ölçekten en küçük 59 ve en yüksek 181 puan almıştır. Katılımcıların “Beck Depresyon Ölçeği” toplam puan ortalaması 15,53’tür ve bu ölçekten elde edilen en küçük puan 0, en yüksek puan ise 55’tir. Ayrıca “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin” toplam puan ortalaması 103,06 olarak hesaplanmıştır. Katılımcıların ölçekten aldığı puanlar 50 ile 165 arasında değişmektedir.

Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarının betimleyici istatistikleri incelendiğinde, “hata endişesi” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 23,36, “kişisel standartlar” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 22,08, “ebeveyn beklentileri” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 16,01, “ebeveyn eleştiriciliği” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 8,66, “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 11,23 ve “organizasyon” alt boyutunun toplam puan ortalamasının 21,72 olduğu görülmüştür (Bk. Tablo 5).

Tablo 6. Araştırmada Kullanılan Ölçekler için İç Tutarlılık Katsayıları

Toplam Puan	Cronbach Alfa
Öznel İyi Oluş Ölçeği	0,913
Beck Depresyon Ölçeği	0,903
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	0,859
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu	0,790
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu	0,646
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu	0,714
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu	0,735
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyma / Emin Olamama Altboyutu	0,677
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu	0,811

Araştırmada kullanılan ölçekler için güvenirlik analizi gerçekleştirildiğinde Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı, “Öznel İyi Oluş Ölçeği” için 0,913, “Beck Depresyon Ölçeği” için 0,903 ve “Çok Boyutlu Mükemmellik Ölçeği” için 0,809 olarak hesaplanmıştır. Ayrıca Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutlarının iç tutarlılık güvenirlik katsayıları “hata endişesi” alt boyutunda 0,709, “kişisel standartlar” alt boyutunda 0,646, “ebeveyn beklentileri” alt boyutunda 0,714, “ebeveyn eleştiriciliği” alt boyutunda 0,735, “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” alt boyutunda 0,677 ve “organizasyon” alt boyutunda 0,811 olarak hesaplanmıştır (Bk. Tablo 6).

Tablo 7. Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları

Madde Numarası	Madde Çıktığında Ölçek Ortalaması	Madde Çıktığında Ölçek Varyansı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı
1. madde	123,08	496,403	0,339	0,912
2. madde	123,25	486,023	0,571	0,909
3. madde	123,03	495,916	0,389	0,911
4. madde	122,75	494,156	0,439	0,911
5. madde	122,33	495,206	0,371	0,912
6. madde	123,11	493,637	0,484	0,910
7. madde	122,23	500,089	0,351	0,912
8. madde	123,13	498,518	0,361	0,912
9. madde	122,93	496,063	0,335	0,912
10. madde	123,26	487,561	0,511	0,910
11. madde	123,07	487,757	0,517	0,910
12. madde	123,13	493,612	0,372	0,912
13. madde	123,95	541,533	-0,420	0,922
14. madde	122,88	487,206	0,529	0,910
15. madde	122,54	486,260	0,545	0,909
16. madde	123,09	487,648	0,502	0,910
17. madde	122,75	487,013	0,493	0,910
18. madde	122,97	488,635	0,543	0,909
19. madde	123,28	483,251	0,609	0,909
20. madde	122,62	494,546	0,401	0,911
21. madde	122,97	487,203	0,554	0,909
22. madde	123,13	487,233	0,507	0,910
23. madde	123,17	495,634	0,364	0,912
24. madde	123,02	489,785	0,510	0,910
25. madde	122,81	488,237	0,488	0,910
26. madde	122,91	494,445	0,423	0,911
27. madde	122,63	491,804	0,488	0,910
28. madde	123,02	492,684	0,383	0,912
29. madde	123,06	489,257	0,504	0,910
30. madde	122,45	488,335	0,540	0,909
31. madde	122,48	491,998	0,453	0,911
32. madde	122,74	482,461	0,612	0,908
33. madde	122,76	485,173	0,563	0,909
34. madde	123,24	494,657	0,392	0,911
35. madde	123,23	488,736	0,556	0,909
36. madde	122,50	488,560	0,497	0,910
37. madde	123,04	481,918	0,635	0,908

Yapılan madde analizi sonucunda Öznel İyi Oluş Ölçeği için madde-ölçek toplam puan korelasyon katsayıları 0,335 (madde 9) ile 0,635 (madde 37) arasında değişmektedir (Bk. Tablo 7).

Tablo 8. Beck Depresyon Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları

Madde Numarası	Madde Çıktığında Ölçek Ortalaması	Madde Çıktığında Ölçek Varyansı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı
1. madde	14,79	105,258	0,625	0,897
2. madde	14,77	105,898	0,511	0,900
3. madde	15,11	108,824	0,527	0,899
4. madde	14,37	105,908	0,526	0,899
5. madde	14,76	108,126	0,558	0,899
6. madde	14,91	107,252	0,540	0,899
7. madde	14,80	104,495	0,631	0,896
8. madde	14,80	106,993	0,610	0,897
9. madde	15,07	108,456	0,518	0,899
10. madde	14,57	105,851	0,544	0,899
11. madde	14,49	104,692	0,573	0,898
12. madde	14,66	104,294	0,617	0,897
13. madde	14,63	105,751	0,579	0,898
14. madde	14,90	105,022	0,575	0,898
15. madde	14,54	105,682	0,544	0,899
16. madde	14,82	106,752	0,525	0,899
17. madde	14,58	104,530	0,598	0,897
18. madde	15,03	108,008	0,480	0,900
19. madde	15,21	112,315	0,286	0,904
20. madde	15,09	107,943	0,510	0,900
21. madde	14,79	110,464	0,257	0,907

Yapılan madde analizi sonucunda Beck Depresyon Ölçeği için madde-ölçek toplam puan korelasyon katsayıları 0,286 (madde 19) ile 0,631 (madde 7) arasında değişmektedir (Bk. Tablo 8).

Tablo 9. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Madde Analizi Sonuçları

Madde Numarası	Madde Çıktığında Ölçek Ortalaması	Madde Çıktığında Ölçek Varyansı	Madde-Ölçek Toplam Puan Korelasyonu	Madde Çıktığında Ölçek Alfa'sı
1. madde	99,70	256,189	0,339	0,856
2. madde	99,41	261,010	0,218	0,859
3. madde	101,27	260,826	0,233	0,858
4. madde	100,23	252,532	0,395	0,855
5. madde	100,88	257,995	0,273	0,858
6. madde	99,36	257,228	0,373	0,855
7. madde	99,68	259,817	0,238	0,858
8. madde	99,33	262,342	0,214	0,859
9. madde	100,86	254,293	0,372	0,855
10. madde	99,62	255,324	0,360	0,856
11. madde	99,28	256,330	0,308	0,857
12. madde	99,83	256,788	0,341	0,856
13. madde	100,48	249,333	0,501	0,852
14. madde	100,47	249,791	0,486	0,852
15. madde	100,53	252,490	0,430	0,854
16. madde	99,60	263,966	0,145	0,860
17. madde	100,19	253,785	0,380	0,855
18. madde	99,92	253,117	0,420	0,854
19. madde	99,71	255,297	0,360	0,856
20. madde	100,06	249,776	0,468	0,853
21. madde	100,50	248,079	0,511	0,852
22. madde	100,67	255,249	0,343	0,856
23. madde	101,29	257,652	0,333	0,856
24. madde	100,85	259,707	0,244	0,858
25. madde	100,67	250,747	0,496	0,852
26. madde	99,71	251,886	0,418	0,854
27. madde	99,19	261,970	0,198	0,859
28. madde	100,34	251,456	0,437	0,854
29. madde	99,41	260,030	0,229	0,859
30. madde	99,75	252,588	0,443	0,854
31. madde	99,61	260,989	0,219	0,859
32. madde	100,22	252,527	0,466	0,853
33. madde	100,26	256,690	0,327	0,856
34. madde	100,33	250,532	0,433	0,854
35. madde	100,75	251,574	0,426	0,854

Yapılan madde analizi sonucunda Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği için madde-ölçek toplam puan korelasyon katsayıları 0,145 (madde 16) ile 0,511 (madde 21) arasında değişmektedir (Bk. Tablo 9).

Tablo 10. Beck Depresyon Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Altboyutları için Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler ve Altboyutları (n=350)	Öznel İyi Oluş Ölçeği	Beck Depresyon Ölçeği
Beck Depresyon Ölçeği	-0,635***	
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	-0,226***	0,273***
ÇBMÖ Hata Endişesi Altboyutu	-0,364***	0,312***
ÇBMÖ Eylemlerinden Şüphe Duyma / Emin Olamama Altboyutu	-0,391***	0,350***
ÇBMÖ Kişisel Standartlar Altboyutu	0,155**	-0,002
ÇBMÖ Ebeveyn Beklentileri Altboyutu	-0,138**	0,172***
ÇBMÖ Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu	-0,496***	0,368***
ÇBMÖ Organizasyon Altboyutu	0,330***	-0,134*

Çalışmada öznel iyi oluş, depresyon ve mükemmeliyetçilik olguları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda, Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,635$; $p<0,001$). Benzer şekilde Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında da negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=-0,226$; $p<0,001$). Buna karşın, Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında ise pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r=0,273$; $p<0,001$) (Bk. Tablo 10).

Bununla birlikte, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutlarının toplam puan ortalamaları ile Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre, Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin "hata endişesi" ($r=-0,364$; $p<0,001$), "eylemlerinden şüphe duyma/emini olamama" ($r=-0,391$; $p<0,001$), "ebeveyn beklentileri" ($r=-0,138$; $p<0,01$) ve "ebeveyn eleştiriciliği" altboyutlarının ($r=-0,496$; $p<0,001$) toplam puan ortalamaları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna karşın, Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin "kişisel standartlar" ($r=0,155$; $p<0,01$) ve "organizasyon" altboyutlarının toplam puan ortalamaları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki ($r=0,330$; $p<0,001$) bulunmuştur (Bk. Tablo 10).

Ayrıca Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği alt boyutları toplam puan ortalamaları ile Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasındaki ilişkiye de bakılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin "hata endişesi" ($r=0,312$; $p<0,001$), "eylemlerinden şüphe duyma/emîn olamama" ($r=0,350$; $p<0,001$), "ebeveyn beklentileri" ($r=0,172$; $p<0,01$) ve "ebeveyn eleştiriciliği" altboyutlarının toplam puan ortalamaları arasında ($r=0,368$; $p<0,001$) pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Buna karşın, Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin "organizasyon" altboyutu toplam puan ortalamaları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki söz konusudur ($r=-0,134$; $p<0,05$). Ancak, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin "kişisel standartlar" altboyutu toplam puan ortalamaları ile Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ($r=-0,002$; $p>0,05$) görülmüştür (Bk. Tablo 10).

Tablo 11. Beck Depresyon Ölçeği, Öznel İyi Oluş Ölçeği ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Başarı Not Ortalaması ile Korelasyon Analizi

Ölçekler (n=350)	Başarı Not Ortalaması
Öznel İyi Oluş Ölçeği	0,213***
Beck Depresyon Ölçeği	-0,170***
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	-0,050

* $p<0,05$; ** $p<0,01$; *** $p<0,001$

Katılımcıların başarı not ortalamaları ile araştırmada kullanılan üç ölçeğin toplam puan ortalamaları arasındaki ilişkiye bakıldığında, Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile başarı not ortalaması arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken ($r=0,213$; $p<0,001$) Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile başarı not ortalaması arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=-0,170$; $p<0,001$). Buna karşın, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları ile başarı not ortalamasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı ($r=-0,050$; $p>0,05$) görülmüştür (Bk. Tablo 11).

Tablo 12. Beck Depresyon Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	16,95	10,655	2,751	0,006
	Erkek	156	13,78	10,810		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	17,51	11,666	3,381	0,001
	Ortalamanın Üstü	179	13,64	9,611		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	15,58	10,853	0,391	0,696
	Ayrılar	16	14,50	10,482		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	16,41	9,835	0,995	0,320
	Çalışmıyor	233	15,18	11,290		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	15,37	10,809	-1,091	0,276
	Çalışmıyor	34	17,50	10,875		

Cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, cinsiyet gruplarının Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır ($t(348)=2,751$; $p<0,01$). Kadınların toplam puan ortalamaları (ort.=16,95) erkeklerin toplam puan ortalamalarından (ort.=13,78) daha yüksektir (Bk. Tablo 12).

Çalışmaya katılan öğrencilerin akademik başarılarının göstergesi olarak not ortalamaları sorulmuş ve örneklemden elde edilen ortalama değer dikkate alınarak iki grup oluşturulmuştur. Başarı not ortalaması grup ortalamasının altında olan kişilerin Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile grup ortalamasının üzerinde olan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(329,591)=3,381$; $p<0,01$). Ortalamanın altında akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamaları (ort.=17,51) ortalamanın üzerinde akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=13,64) daha yüksektir (Bk. Tablo 12).

Ebeveynin birliktelik durumuna göre oluşturulan grupların Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=0,391$; $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle, ebeveynin birlikte ya da ayrı olmasının depresyon düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı gözlenmiştir. Ayrıca ebeveynin çalışma durumuna göre yapılan karşılaştırmalarda, annesi çalışan

kişilerin Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık çıkmamıştır ($t(346)=0,995$; $p>0,05$). Benzer şekilde, babası çalışan kişilerin Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları ile babası herhangi bir işte çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t(342)=-1,091$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 12).

Tablo 13. Öznel İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	23,918	1,717	1,051	0,294
	Erkek	156	21,238	1,700		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	121,43	21,844	-4,034	0,000
	Ortalamanın Üstü	179	131,04	22,697		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	125,93	22,904	-1,593	0,112
	Ayrılar	16	135,19	18,067		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	124,61	21,753	-0,971	0,332
	Çalışmıyor	233	127,13	23,311		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	126,87	23,045	1,712	0,088
	Çalışmıyor	34	119,85	18,857		

Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, cinsiyet gruplarının Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=1,051$; $p>0,05$). Buna karşın, not ortalamalarına göre oluşturulan iki grubun Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(348)=-4,034$; $p<0,001$). Ortalamanın üzerinde akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamaları (ort.=131,04) ortalamanın altında akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=125,93) daha yüksektir (Bk. Tablo 13).

Ebeveynin birliktelik durumuna göre oluşturulan grupların Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=-1,593$; $p>0,05$). Ayrıca ebeveynin çalışma durumu açısından yapılan

karşılaştırmalarda, annesi çalışan kişilerin Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(346)=-0,971$; $p>0,05$). Benzer şekilde, babası çalışan kişilerin Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları ile babası herhangi bir işte çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık çıkmamıştır ($t(342)=1,712$; $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle, ebeveynin birlikte ya da ayrı olmasının ve ebeveynin çalışma durumunun öznel iyi oluş düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı gözlenmiştir (Bk. Tablo 13).

Tablo 14. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	103,62	15,408	0,719	0,472
	Erkek	156	102,35	17,619		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	103,60	15,784	0,600	0,549
	Ortalamanın Üstü	179	102,54	17,030		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	102,83	16,602	-1,171	0,242
	Ayrılar	16	107,75	11,305		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	103,75	16,309	0,580	0,563
	Çalışmıyor	233	102,67	16,429		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	103,03	16,083	0,306	0,759
	Çalışmıyor	34	102,12	20,142		

Cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanları açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, cinsiyet gruplarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür; $t(348)=0,719$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 14).

Analiz sonuçlarına göre, çalışmaya katılan öğrencilerin not ortalamaları açısından oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=0,600$; $p>0,05$). Ayrıca katılımcıların ebeveynlerinin birlikte olup olmadıkları göz önünde bulundurularak oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu

Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=-1,171$; $p>0,05$). Bununla birlikte, çalışmaya katılan kişilerin ebeveynlerinin herhangi bir işte çalışıp çalışmama durumları dikkate alınarak oluşturulan grupların Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları karşılaştırıldığında, annesi herhangi bir işte çalışan ve çalışmayan kişiler ($t(346)=0,580$; $p>0,05$) ile babası herhangi bir işte çalışan ve çalışmayan kişilerin Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür; $t(342)=0,306$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 14).

Tablo 15. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	23,48	6,464	0,389	0,698
	Erkek	156	23,21	6,341		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	23,12	6,366	-0,677	0,499
	Ortalamanın Üstü	179	23,59	6,445		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	23,34	6,487	-0,249	0,803
	Ayrılar	16	23,75	4,389		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	23,77	6,409	0,861	0,390
	Çalışmıyor	233	23,15	6,391		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	23,45	6,411	0,744	0,457
	Çalışmıyor	34	22,59	6,774		

Ayrıca, söz konusu bağımsız değişkenlere göre oluşturulan gruplar, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin altboyut toplam puan ortalamaları açısından da karşılaştırılmıştır. “Hata endişesi” altboyutu için elde edilen bulgular incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre oluşturulan grupların toplam puan ortalamaları ($t(348)=0,389$; $p>0,05$), başarı not ortalamaları grup ortalamasının altında ve grup ortalamasının üzerinde olan kişilerin toplam puan ortalamaları ($t(348)=-0,677$; $p>0,05$), ebeveynleri birlikte veya ayrı olan kişilerin toplam puan ortalamaları ($t(348)=-0,249$; $p>0,05$), anneleri çalışan ve çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları ($t(346)=-0,861$; $p>0,05$) ile babaları çalışan ve çalışmayan kişilerin ($t(342)=0,744$; $p>0,05$) toplam puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı bulunmuştur (Bk. Tablo 15).

Tablo 16. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyma/Emin Olamama Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	11,41	3,285	1,144	0,254
	Erkek	156	11,01	3,226		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	11,39	3,211	0,882	0,378
	Ortalamanın Üstü	179	11,08	3,309		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	11,23	3,292	-0,027	0,979
	Ayrılar	16	11,25	2,595		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	10,82	3,435	-1,593	0,112
	Çalışmıyor	233	11,41	3,158		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	11,23	3,314	-0,214	0,831
	Çalışmıyor	34	11,35	3,034		

Cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre oluşturulan grupların ($t(348)=1,144$; $p>0,05$), akademik başarıya göre oluşturulan grupların ($t(348)=0,882$; $p>0,05$), ebeveynleri birlikte veya ayrı olan kişilerin ($t(348)=-0,027$; $p>0,05$), anneleri çalışan ve çalışmayan kişiler ($t(346)=-1,593$; $p>0,05$) ile babaları çalışan ve çalışmayan kişilerin ($t(342)=-0,214$; $p>0,05$) Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Bk. Tablo 16).

Tablo 17. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	22,28	4,067	0,962	0,337
	Erkek	156	21,83	4,575		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	22,22	4,221	0,604	0,546
	Ortalamanın Üstü	179	21,94	4,382		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	21,94	4,282	-2,746	0,006
	Ayrılar	16	24,94	3,750		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	22,12	4,371	0,179	0,858
	Çalışmıyor	233	22,03	4,259		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	21,98	4,235	-0,409	0,683
	Çalışmıyor	34	22,29	4,764		

Cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puanları açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, cinsiyet gruplarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür; $t(348)=0,962$; $p>0,05$. Ayrıca çalışmaya katılan öğrencilerin not ortalamaları açısından oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $t(348)=0,604$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 17).

Buna karşın, ebeveynin birliktelik durumuna göre oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(348)=-2,746$; $p<0,01$). Ebeveyninin ayrı olduğunu bildiren kişilerin toplam puan ortalamaları (ort.=24,94) ebeveyninin birlikte yaşadığını bildiren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=21,94) daha yüksektir (Bk. Tablo 17).

Yapılan karşılaştırmalarda, anneleri çalışan ve çalışmayan kişiler ($t(346)=-0,861$; $p>0,05$) ile babaları çalışan ve çalışmayan kişilerin ($t(342)=0,744$; $p>0,05$) Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan

ortalamları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Bir diğer ifadeyle, ebeveynin çalışma durumunun “kişisel standartlar” üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulunmuştur (Bk. Tablo 17).

Tablo 18. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	15,90	4,032	-0,561	0,575
	Erkek	156	16,14	4,071		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	16,44	3,957	1,991	0,047
	Ortalamanın Üstü	179	15,59	4,095		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	16,01	4,024	0,195	0,845
	Ayrılar	16	15,81	4,622		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	16,62	3,842	2,034	0,043
	Çalışmıyor	233	15,68	4,125		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	16,05	3,960	0,836	0,404
	Çalışmıyor	34	15,44	4,913		

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, cinsiyet gruplarının “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur; $t(348)=-0,561$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 18).

Çalışmaya katılan öğrencilerin not ortalamalarına göre oluşturulan gruplar Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından karşılaştırıldığında grup ortalamasının altında olan kişilerin toplam puan ortalamaları ile grup ortalamasının üzerinde olan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(348)=1,991$; $p<0,05$). Ortalamanın altında akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamaları (ort.=16,44) ortalamanın üzerinde akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=15,59) daha yüksektir (Bk. Tablo 18).

Ebeveynin birliktelik durumuna göre oluşturulan grupların Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur ($t(348)=0,195$; $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle, ebeveynin birlikte ya da ayrı olmasının ebeveyn beklentileri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı gözlenmiştir (Bk. Tablo 18).

Buna karşın, ebeveynin çalışma durumuna göre yapılan karşılaştırmalarda, babası çalışan kişilerin Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları ile çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken ($t(342)=0,836$; $p>0,05$) annesi çalışan kişilerin “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları ile annesi herhangi bir işte çalışmayan kişilerin toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür; $t(346)=2,034$; $p<0,05$ (Bk. Tablo 18).

Tablo 19. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	8,16	3,316	-3,065	0,002
	Erkek	156	9,28	3,477		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	9,17	3,447	2,727	0,007
	Ortalamanın Üstü	179	8,18	3,351		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	8,70	3,454	1,015	0,311
	Ayrılar	16	7,81	2,834		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	8,59	3,173	-0,254	0,799
	Çalışmıyor	233	8,69	3,561		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	8,57	3,377	-1,745	0,082
	Çalışmıyor	34	9,65	3,837		

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, cinsiyet gruplarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık

vardır ($t(348)=-3,065$; $p<0,01$). Erkeklerin toplam puan ortalamaları (ort.=8,16) kadınların toplam puan ortalamalarından (ort.=9,28) daha yüksektir (Bk. Tablo 19).

Ayrıca, not ortalamalarına göre oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(348)=2,727$; $p<0,01$). Ortalamanın altında akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamaları (ort.=8,18) ortalamanın üzerinde akademik başarı gösteren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=9,17) daha yüksektir (Bk. Tablo 19).

Buna karşın ebeveynleri birlikte veya ayrı olan kişilerin ($t(348)=1,015$; $p>0,05$), anneleri çalışan ve çalışmayan kişiler ($t(346)=-0,254$; $p>0,05$) ile babaları çalışan ve çalışmayan kişilerin ($t(342)=-1,745$; $p>0,05$) Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur (Bk. Tablo 19).

Tablo 20. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Farklı Gruplar için t-testi Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Cinsiyet	Kadın	194	22,40	4,234	3,170	0,002
	Erkek	156	20,88	4,716		
Başarı Not Ortalaması	Ortalamanın Altı	171	21,75	4,493	1,178	0,240
	Ortalamanın Üstü	179	20,79	4,551		
Ebeveynin Birliktelik Durumu	Birlikteler	334	21,60	4,508	-2,252	0,025
	Ayrılar	16	24,19	3,987		
Annenin Çalışma Durumu	Çalışıyor	115	21,83	4,258	0,238	0,812
	Çalışmıyor	233	21,70	4,625		
Babanın Çalışma Durumu	Çalışıyor	310	21,75	4,493	1,178	0,240
	Çalışmıyor	34	20,79	4,551		

Son olarak, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları cinsiyet, başarı not ortalaması, ebeveynin birliktelik durumu ile anne ve babanın çalışma durumuna göre oluşturulan gruplar açısından Farklı Gruplar için t-testi analizi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde, cinsiyet gruplarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak

anlamli farklılık olduğu görülmüştür ($t(348)=3,170$; $p<0,01$). Elde edilen sonuçlara göre kadınların toplam puan ortalamaları (ort.=22,40) erkeklerin toplam puan ortalamalarından (ort.=20,88) daha yüksektir (Bk. Tablo 20).

Çalışmaya katılan öğrencilerin not ortalamaları açısından oluşturulan iki grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları incelendiğinde, grupların ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür; $t(348)=1,178$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 20).

Ebeveynin birliktelik durumuna göre oluşturulan grupların Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(348)=-2,252$; $p<0,05$). Ebeveyninin ayrı olduğunu bildiren kişilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=24,19) ebeveyninin birlikte yaşadığını bildiren kişilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=21,60) daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Bk. Tablo 20).

Buna karşın ebeveynin çalışıp çalışmama durumu dikkate alınarak yapılan karşılaştırmalarda, anneleri çalışan ve çalışmayan kişiler ($t(346)=0,238$; $p>0,05$) ile babaları çalışan ve çalışmayan kişilerin ($t(342)=1,178$; $p>0,05$) Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur (Bk. Tablo 20).

Tablo 21. Beck Depresyon Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	18,69	11,018	0,505	0,732
	15	116	15,56	10,750		
	16	115	14,87	10,901		
	17	85	15,51	10,334		
	18	21	17,19	13,014		
	Toplam	350	15,53	10,824		
Sınıf	9. sınıf	107	14,97	9,760	0,798	0,495
	10. sınıf	112	16,26	12,288		
	11. sınıf	96	14,71	9,994		
	12. sınıf	34	17,44	11,309		
	Toplam	349	15,55	10,834		
Gelir Durumu	Kötü	11	25,09	9,721	6,203	0,002
	Orta	210	16,05	10,349		
	İyi	129	13,88	11,233		
	Toplam	350	15,53	10,824		
Yaşam Memnuniyeti	Memnun Olanlar	205	11,64	8,665	63,141	0,000
	Biraz Memnun Olanlar	111	18,36	9,541		
	Memnun Olmayanlar	34	29,79	11,873		
	Toplam	350	15,53	10,824		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	13,13	9,566	24,706	0,000
	Tutarsız	40	21,10	10,461		
	Baskıcı	61	21,84	12,120		
	Toplam	349	15,56	10,825		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	20,79	12,587	4,951	0,002
	Sadece Baba	23	20,09	10,799		
	Anne-Baba Birlikte	126	14,81	9,371		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	14,36	11,114		
	Toplam	349	15,51	10,828		

Sosyo-demografik değişken grupları Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Beck Depresyon Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(4,345)=0,505$; $p>0,05$). Benzer şekilde öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Beck Depresyon Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları

karşılaştırıldığında da grup ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(3, 345)=0,798$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 21).

Diğer yandan, öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Beck Depresyon Ölçeği toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F(2,347)=6,203$; $p<0,01$. Yapılan Post-hoc testi sonuçlarına göre, gelir durumunu “kötü” olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=25,09), gelir durumunu “iyi” (ort.=13,88) ve “orta düzeyde” (ort.=16,05) değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek görülmüştür (Bk. Tablo 21).

Öğrencilerin yaşamlarından memnuniyetlerine göre oluşturulan üç grubun Beck Depresyon Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları açısından karşılaştırıldığında, her üç grubun toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir; $F(2,347)=63,141$; $p<0,001$. Post-hoc testinden elde edilen sonuçlar, yaşamından “memnun olmayan” öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=29,79) yaşamından “biraz memnun” olan (ort.=18,36) ve yaşamından “memnun olan” (ort.=11,64) öğrencilerin toplam puan ortalamalarından yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Bk. Tablo 21).

Bunlara ek olarak, öğrencilerin, ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Beck Depresyon Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur; $F(2,346)=24,706$; $p<0,001$. Yapılan Post-hoc testi sonucuna bakıldığında, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=13,13) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=21,10) ve “baskıcı” (ort.=21,84) olarak algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha düşük olduğu gözlenmiştir (Bk. Tablo 21).

Son olarak, öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Beck Depresyon Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmiştir; $F(3, 345)=4,951$; $p<0,01$. Post-hoc testinden elde edilen bulgulara göre, ailelerinde

kararları “sadece annelerinin” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=20,79) kararları “sadece babalarının” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=20,09), kararları “anne ve babalarının birlikte” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=14,81) ve kararları “bütün aile üyelerinin birlikte” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=14,36) daha yüksek bulunmuştur (Bk. Tablo 21).

Tablo 22. Öznel İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	130,08	22,366	0,938	0,442
	15	116	125,76	23,381		
	16	115	125,63	23,674		
	17	85	129,22	21,318		
	18	21	119,57	20,009		
	Toplam	350	126,35	22,767		
Sınıf	9. sınıf	107	128,41	21,792	1,438	0,231
	10. sınıf	112	123,06	25,612		
	11. sınıf	96	128,44	21,058		
	12. sınıf	34	124,26	19,902		
	Toplam	349	126,30	22,780		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	132,16	21,312	33,428	0,000
	Tutarsız	40	110,55	19,750		
	Baskıcı	61	112,97	20,067		
	Toplam	349	126,33	22,797		

Sosyo-demografik değişken grupları Öznel İyi Oluş Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Öznel İyi Oluş Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=0,938$; $p>0,05$. Aynı şekilde öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Öznel İyi Oluş Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(3,345)=1,438$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 22).

Buna karşın öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Öznel İyi Oluş Ölçeğinden elde ettikleri

toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur; $F(2,346)=33,428$; $p<0,001$. Yapılan Post-hoc testi sonucuna bakıldığında, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=132,16) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=110,55) ve “baskıcı” (ort.=112,97) olarak algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek olduğu gözlenmiştir (Bk. Tablo 22).

Tablo 23. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	99,15	19,557	0,279	0,891
	15	116	103,78	15,872		
	16	115	103,15	16,954		
	17	85	102,40	14,379		
	18	21	103,62	22,444		
	Toplam	350	103,06	16,418		
Sınıf	9. sınıf	107	102,61	17,121	0,124	0,946
	10. sınıf	112	103,79	15,926		
	11. sınıf	96	102,73	15,369		
	12. sınıf	34	102,56	19,162		
	Toplam	349	103,02	16,425		
Gelir Durumu	Kötü	11	109,45	24,324	0,931	0,395
	Orta	210	103,11	15,863		
	İyi	129	102,43	16,550		
	Toplam	350	103,06	16,418		
Öznel Başarı Değerlendirmesi	Başarısız	12	110,08	16,506	1,310	0,271
	Biraz Başarılı	171	103,92	16,665		
	Başarılı	152	101,59	16,444		
	Çok Başarılı	14	103,93	10,859		
	Toplam	349	103,12	16,403		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	100,56	15,625	10,710	0,000
	Tutarsız	40	108,40	14,075		
	Baskıcı	61	109,82	18,496		
	Toplam	349	103,07	16,439		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	105,82	20,240	0,452	0,716
	Sadece Baba	23	103,61	20,395		
	Anne-Baba Birlikte	126	103,25	15,053		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	102,26	16,114		
	Toplam	349	103,05	16,440		

Sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile incelendiğinde elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=0,279$; $p>0,05$. Öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde ettikleri

toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3,345)=0,124$; $p>0,05$. Benzer şekilde, öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(2,347)=0,931$; $p>0,05$. Bunlara ek olarak, öğrencilerin kendilerini ne kadar başarılı bulduklarına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir; $F(3,345)=1,310$; $p>0,05$. Ayrıca öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(3, 345)=0,452$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 23).

Diğer yandan öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinden elde ettikleri toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur; $F(2,346)=10,70$; $p<0,001$. Elde edilen Post-hoc testi sonuçlarına göre ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=100,56) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=108,40) ve “baskıcı” (ort.=109,82) olarak algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha düşük olduğu görülmüştür (Bk. Tablo 23).

Tablo 24. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Hata Endişesi Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	23,31	6,369	0,393	0,814
	15	116	23,72	6,480		
	16	115	23,55	6,485		
	17	85	22,62	5,792		
	18	21	23,38	8,090		
	Toplam	350	23,36	6,402		
Sınıf	9. sınıf	107	23,64	6,513	0,229	0,876
	10. sınıf	112	23,50	6,504		
	11. sınıf	96	23,00	5,970		
	12. sınıf	34	22,97	7,163		
	Toplam	349	23,36	6,410		
Gelir Durumu	Kötü	11	23,55	8,347	0,157	0,855
	Orta	210	23,50	6,186		
	İyi	129	23,11	6,612		
	Toplam	350	23,36	6,402		
Öznel Başarı Değerlendirmesi	Başarısız	12	26,92	7,821	2,768	0,042
	Biraz Başarılı	171	23,98	6,288		
	Başarılı	152	22,51	6,230		
	Çok Başarılı	14	22,64	7,034		
	Toplam	349	23,38	6,395		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	22,56	6,125	7,027	0,001
	Tutarsız	40	25,23	6,600		
	Baskıcı	61	25,43	6,798		
	Toplam	349	23,37	6,410		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	24,15	7,977	0,961	0,411
	Sadece Baba	23	22,91	6,395		
	Anne-Baba Birlikte	126	23,97	5,636		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	22,83	6,613		
	Toplam	349	23,37	6,407		

Daha sonra, sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, , öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=0,393$; $p>0,05$. Benzer olarak, öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan

dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3,345)=0,229$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 24).

Bunların yanı sıra öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(2,347)=0,157$; $p>0,05$. Ayrıca öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3, 345)=0,961$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 24)

Diğer yandan, öğrencilerin kendilerini ne kadar başarılı bulduklarına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir; $F(3,345)=0,042$; $p<0,05$. Yapılan post-hoc analizi sonuçlarına göre, kendilerini “başarısız” olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=26,92), kendilerini “biraz başarılı” (ort.=23,98), “başarılı” (ort.=22,51) ve “çok başarılı” (ort.=22,64) olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksektir (Bk. Tablo 24).

Ayrıca, öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “hata endişesi” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur; $F(2,346)=7,027$; $p<0,001$. Elde edilen Post-hoc testi sonuçları incelendiğinde, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumlarını “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=22,56) ebeveynlerinin tutumlarını “tutarsız” (ort.=25,23) ve “baskıcı” (ort.=25,43) olarak algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha düşük olduğu görülmüştür (Bk. Tablo 24).

Tablo 25. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Eylemlerinden Şüphe Duyma/Emin Olamama Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	11,31	3,945	1,057	0,378
	15	116	11,37	3,237		
	16	115	11,30	3,325		
	17	85	10,69	3,028		
	18	21	12,14	3,483		
	Toplam	350	11,23	3,260		
Sınıf	9. sınıf	107	11,21	3,150	0,430	0,731
	10. sınıf	112	11,48	3,513		
	11. sınıf	96	10,97	3,140		
	12. sınıf	34	11,18	3,195		
	Toplam	349	11,23	3,265		
Gelir Durumu	Kötü	11	11,09	3,448	1,154	0,317
	Orta	210	11,44	3,182		
	İyi	129	10,89	3,366		
	Toplam	350	11,23	3,260		
Yaşam Memnuniyeti	Memnun Olanlar	205	10,72	3,075	7,887	0,000
	Biraz Memnun Olanlar	111	11,68	3,339		
	Memnun Olmayanlar	34	12,82	3,451		
	Toplam	350	11,23	3,260		
Öznel Başarı Değerlendirmesi	Başarısız	12	12,33	3,473	3,682	0,012
	Biraz Başarılı	171	11,70	3,325		
	Başarılı	152	10,74	3,108		
	Çok Başarılı	14	9,86	3,060		
	Toplam	349	11,23	3,264		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	10,83	3,205	6,983	0,001
	Tutarsız	40	12,13	2,784		
	Baskıcı	61	12,31	3,467		
	Toplam	349	11,23	3,263		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	11,24	3,553	0,335	0,800
	Sadece Baba	23	11,57	3,975		
	Anne-Baba Birlikte	126	11,37	3,011		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	11,04	3,275		
	Toplam	349	11,21	3,250		

Sonraki aşamada, sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emini olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok

Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=1,057$; $p>0,05$. Öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(3,345)=0,229$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 25).

Benzer şekilde, öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(2,347)=0,157$; $p>0,05$. Bunlara ek olarak, öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır; $F(3, 345)=0,335$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 25).

Buna karşın, öğrencilerin yaşamlarından memnuniyetlerine göre oluşturulan üç gurubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir; $F(2,347)=7,887$; $p<0,001$. Yapılan Post-hoc analizi sonuçlarına göre, “yaşamından memnun olmayan” öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=12,82) “yaşamından biraz memnun” olan (ort.=11,68) ve “yaşamından memnun” olan (ort.=10,72) öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür (Bk. Tablo 25).

Ayrıca öğrencilerin kendilerini ne kadar başarılı bulduklarına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir; $F(3,345)=3,682$; $p<0,05$. Post-hoc testinden elde edilen sonuçlar incelendiğinde, kendilerini “başarısız” olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=12,33), kendilerini “biraz başarılı” (ort.=11,70), “başarılı” (ort.=10,74) ve “çok başarılı” (ort.=9,86)

olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur (Bk. Tablo 25).

Son olarak öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “eylemlerinden şüphe duyma/emin olamama” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur; $F(2,346)=6,983$; $p<0,001$. Elde edilen Post-hoc testi sonuçlarına göre ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=10,83) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=12,13) ve “baskıcı” (ort.=12,31) olarak algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha düşük olduğu görölmüştür (Bk. Tablo 25).

Tablo 26. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Kişisel Standartlar Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	20,77	4,206	0,760	0,552
	15	116	22,13	4,317		
	16	115	22,31	4,644		
	17	85	22,18	3,840		
	18	21	20,95	4,153		
	Toplam	350	22,08	4,300		
Sınıf	9. sınıf	107	21,78	4,485	0,624	0,600
	10. sınıf	112	22,23	4,323		
	11. sınıf	96	22,42	4,177		
	12. sınıf	34	21,50	4,069		
	Toplam	349	22,07	4,304		
Gelir Durumu	Kötü	11	25,36	4,032	3,821	0,023
	Orta	210	21,80	4,094		
	İyi	129	22,26	4,549		
	Toplam	350	22,08	4,300		
Öznel Başarı Değerlendirmesi	Başarısız	12	23,67	3,750	1,616	0,185
	Biraz Başarılı	171	21,66	4,479		
	Başarılı	152	22,35	4,094		
	Çok Başarılı	14	23,21	4,406		
	Toplam	349	22,09	4,301		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	21,95	4,269	0,780	0,459
	Tutarsız	40	22,85	4,470		
	Baskıcı	61	22,21	4,270		
	Toplam	349	22,10	4,290		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	22,30	5,193	1,656	0,176
	Sadece Baba	23	21,43	4,944		
	Anne-Baba Birlikte	126	21,50	3,915		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	22,56	4,283		
	Toplam	349	22,08	4,306		

Yapılan diğer bir analizde, sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=0,760$; $p>0,05$. Öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(3,345)=0,624$; $p>0,05$. Benzer olarak, öğrencilerin kendilerini ne kadar başarılı bulduklarına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3,345)=1,616$; $p<0,05$.

Bunların yanı sıra, öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır; $F(2,346)=0,780$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 26).

Ayrıca, öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(3, 345)=1,656$; $p>0,05$.

Ancak öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “kişisel standartlar” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur; $F(2,347)=3,821$; $p<0,05$. Yapılan Post-hoc testi sonuçları incelendiğinde, gelir durumunu “kötü” olarak değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=25,36), gelir durumunu “iyi” (ort.=22,26) ve “orta düzeyde” (ort.=21,80) değerlendiren öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür (Bk. Tablo 26).

Tablo 27. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Beklentileri Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	13,62	3,254	1,251	0,289
	15	116	16,23	4,150		
	16	115	16,08	4,081		
	17	85	16,01	3,727		
	18	21	15,81	4,781		
	Toplam	350	16,01	4,046		
Sınıf	9. sınıf	107	15,68	4,277	0,374	0,772
	10. sınıf	112	16,23	3,957		
	11. sınıf	96	16,08	3,766		
	12. sınıf	34	16,18	4,448		
	Toplam	349	16,02	4,046		
Yaşam Memnuniyeti	Memnun Olanlar	205	15,67	3,995	2,356	0,096
	Biraz Memnun Olanlar	111	16,26	3,872		
	Memnun Olmayanlar	34	17,18	4,706		
	Toplam	350	16,01	4,046		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	15,50	3,937	7,497	0,001
	Tutarsız	40	16,73	3,501		
	Baskıcı	61	17,59	4,414		
	Toplam	349	16,01	4,051		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	16,45	4,431	0,602	0,614
	Sadece Baba	23	16,48	5,098		
	Anne-Baba Birlikte	126	16,17	3,847		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	15,71	3,979		
	Toplam	349	16,00	4,050		

Daha sonra, sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=1,251$; $p>0,05$. Aynı şekilde öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da

istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(3,345)=0,374$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 27).

Bunlara ek olarak, öğrencilerin yaşamlarından memnuniyetlerine göre oluşturulan üç grubun Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(2,347)=2,356$; $p>0,05$. Ayrıca öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3, 345)=0,602$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 27).

Ancak öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn beklentileri” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık vardır; $F(2,346)=7,497$; $p<0,001$. Post-hoc testinden elde edilen sonuçlar, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “baskıcı” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarının (ort.=17,59) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=16,73) ve “destekleyici” (ort.=15,50) bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek olduğunu göstermiştir (Bk. Tablo 27).

Tablo 28. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Ebeveyn Eleştiriciliği Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Sınıf	9. sınıf	107	8,39	3,400	0,819	0,484
	10. sınıf	112	9,05	3,435		
	11. sınıf	96	8,46	3,334		
	12. sınıf	34	8,68	3,756		
	Toplam	349	8,65	3,426		
Gelir Durumu	Kötü	11	9,64	4,864	1,330	0,266
	Orta	210	8,82	3,182		
	İyi	129	8,32	3,666		
	Toplam	350	8,66	3,429		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	7,63	2,910	49,534	0,000
	Tutarsız	40	10,83	3,169		
	Baskıcı	61	11,41	3,422		
	Toplam	349	8,66	3,432		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	9,73	4,049	6,984	0,000
	Sadece Baba	23	10,52	3,436		
	Anne-Baba Birlikte	126	9,05	3,346		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	7,89	3,181		
	Toplam	349	8,66	3,432		

Bir diğer aşamada, sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Analiz sonuçlarına göre, öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(3,345)=0,819$; $p>0,05$. Benzer şekilde, öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(2,347)=1,330$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 28).

Diğer yandan, öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel

olarak anlamlı bir farklılık elde edilmiştir; $F(2,346)=49,534$; $p<0,001$. Post-hoc testi sonuçlarına göre, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=7,63) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=10,83) ve “baskıcı” (ort.=11,41) bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha düşüktür (Bk. Tablo 28).

Öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmiştir; $F(3, 345)=6,984$; $p<0,001$. Post-hoc testinden elde edilen bulgulara göre, ailelerinde kararları “sadece babalarının” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=10,52) kararları “sadece annelerinin” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=9,73), kararları “anne ve babalarının birlikte” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=9,05) ve kararları “bütün aile üyelerinin birlikte” aldığı öğrencilerin toplam puan ortalamalarından (ort.=7,89) daha yüksek bulunmuştur (Bk. Tablo 28).

Tablo 29. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Organizasyon Altboyutu Toplam Puanının Sosyo-demografik Değişkenler Açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile Karşılaştırılması

Değişken	Değişken Grupları	Kişi Sayısı	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Yaş	14	13	22,62	5,501	1,067	0,373
	15	116	21,66	4,114		
	16	115	21,15	4,756		
	17	85	22,38	4,259		
	18	21	22,00	5,514		
	Toplam	350	21,72	4,512		
Sınıf	9. sınıf	107	21,91	4,515	0,465	0,707
	10. sınıf	112	21,29	4,095		
	11. sınıf	96	21,80	4,973		
	12. sınıf	34	22,06	4,397		
	Toplam	349	21,70	4,497		
Gelir Durumu	Kötü	11	24,09	4,614	1,698	0,185
	Orta	210	21,55	4,154		
	İyi	129	21,80	5,015		
	Toplam	350	21,72	4,512		
Algılanan Ebeveyn Tutumu	Destekleyici	248	22,09	4,546	3,069	0,048
	Tutarsız	40	20,65	3,833		
	Baskıcı	61	20,87	4,646		
	Toplam	349	21,71	4,516		
Ailede Karar Alma Durumu	Sadece Anne	33	21,94	4,145	1,693	0,168
	Sadece Baba	23	20,70	4,940		
	Anne-Baba Birlikte	126	21,20	4,369		
	Bütün Aile Üyeleri Birlikte	167	22,23	4,607		
	Toplam	349	21,73	4,517		

Yapılan son analizde sosyo-demografik değişken grupları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları açısından Tek Yönlü Varyans Analizi ile karşılaştırılmıştır. Elde edilen analiz sonuçları incelendiğinde, öğrencilerin yaşlarına göre oluşturulan beş grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır; $F(4,345)=1,067$; $p>0,05$. Öğrencilerin kaçınıcı sınıfta eğitim gördükleri göz önünde bulundurularak oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “ebeveyn eleştiriciliği” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; $F(3,345)=0,465$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 29).

Ayrıca öğrencilerin gelir durumlarını nasıl değerlendirdiklerine göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmemiştir; $F(2,347)=1,698$; $p>0,05$. Son olarak, öğrencilerin ailelerinde kararların ne şekilde aldığına göre oluşturulan dört grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık yoktur; $F(3, 345)=1,693$; $p>0,05$ (Bk. Tablo 29).

Buna karşın, öğrencilerin ebeveynlerinin onlara karşı tutumlarını nasıl algıladıklarına göre oluşturulan üç grubun Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği “organizasyon” altboyutu toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmüştür; $F(2,346)=3,069$; $p<0,05$. Post-hoc testinden elde edilen sonuçlar incelendiğinde, ebeveynlerinin onlara karşı olan tutumunu “destekleyici” bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamaları (ort.=22,09) ebeveynlerinin tutumunu “tutarsız” (ort.=20,65) ve “baskıcı” (ort.=20,87) bir şekilde algılayan öğrencilerin toplam puan ortalamalarından daha yüksek görülmüştür (Bk. Tablo 29).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. TARTIŞMA

Birçok araştırmada mükemmeliyetçiliğin çeşitli davranış ve düşünce süreçleri üzerinde etkisinin var olduğu belirtilmektedir ve olumlu, olumsuz, sağlıklı ya da sağlıksız yönleri olduğuna yönelik görüşler mevcuttur (Roedell, 1984; Schuler, 2000). Alanyazında mükemmeliyetçiliğin depresyon ile ilişkileri üzerinde birçok kez durulmuştur (Hewitt ve Flett, 1991; Rice, Ashby ve Slaney, 1998; Sumi ve Kanda, 2002; Wang, Yuen ve Slaney, 2008). Mükemmeliyetçilik, aynı zamanda öznel iyi oluşa da etki eden kavramlardan bir tanesi olarak da yerini almıştır (Baron ve Kenny, 1986; Chang, 2006; Chan, 2007). Bu araştırmada da mükemmeliyetçilik ile depresyon ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin yaş, cinsiyet, eğitim ve gelir durumu, aile gibi sosyodemografik değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu araştırmaya 263 kadın, 156 erkek olmak üzere toplam 419 birey katılım sağlamış fakat anket formunu eksik dolduran katılımcıların silinmesi sonrasında araştırmanın istatistiksel analizi 194 kadın, 156 erkek olmak üzere toplam 350 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. 14 yaşında 13, 15 yaşında 116, 16 yaşında 115, 17 yaşında 85 ve 18 yaşında 21 katılımcı bulunmaktadır. 14-18 yaş aralığındaki bütün katılımcıların yaş ortalaması 15,96 ($\pm 0,982$) yıl olarak hesaplanmıştır.

Araştırmada, öznel iyi oluş, mükemmeliyetçilik ve depresyon arasındaki ilişkileri saptamak için korelasyon analizi yapılmıştır. Öznel iyi oluş ile mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu önceki bazı çalışmalarda saptanmıştır (Baron ve Kenny, 1986; Karataş ve Tagay, 2012). Mevcut çalışmada da öznel iyi oluş ölçeği toplam puanı ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği toplam puanı ve ölçeğin alt boyutlarından hata endişesi, eylemlerden şüphe duyma/emin olamama, ebeveyn beklentisi ve ebeveyn eleştirisi alt boyutları toplam puanları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuç mükemmeliyetçilikteki aşırı eleştiricilik ve memnuniyetsizlikle açıklanabilir. Mükemmeliyetçi bireylerin sürekli tekrar eden bir kendinden hoşnutsuzluk halinde olmaları onlarda rahatsız edici bir his ortaya çıkarmaktadır (Barrow ve Moore, 1983). Bu rahatsızlık hissi ile de bireyin öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olması

beklenemeyeceği için çıkan sonuç mükemmeliyetçiliğin ve öznel iyi oluşun özellikleriyle paralellik göstermektedir. Kişisel standartlar ve organizasyon alt boyutu ile öznel iyi oluş düzeyi arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Mükemmeliyetçilik ile depresyon arasındaki ilişki ile ilgili daha önceki araştırmalarda farklı bulgulara rastlanmıştır. Mükemmeliyetçilik ile depresyon arasında anlamlı ilişki saptanmış olan çalışmalar olduğu gibi (Enns ve Cox, 1998; Hewitt ve Flett, 1991), mükemmeliyetçilik ile depresyonun ilişkili olmadığı (Beevers ve Miller, 2004; Park ve Chang, 2004) yönünde bulgular da mevcuttur. Bu araştırmada Beck Depresyon ölçeği toplam puanları ile Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği toplam puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutlarından ise hata endişesi, eylemlerden şüphe duyma/emin olamama, ebeveyn beklentileri ve ebeveyn eleştiriciliği ile depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Organizasyon alt boyutu için ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki söz konusudur. Kişisel standartlar alt boyutu ile depresyon arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Öznel iyi oluş, bireyin hayatının çeşitli alanlarındaki memnuniyetinden beslenen genel bir tatmin duygusuyla ortaya çıkar ve öznel iyi oluş düzeyi düşük olanlarda öfke, depresyon, endişe gibi birtakım olumsuz duygular ortaya çıkmaktadır (Myers ve Diener, 1995). Bu görüşü destekler nitelikte öznel iyi oluşun depresyon ile negatif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu daha önce saptanmıştır (Dost, 2005). Bu araştırmadaki koralesyon analizi sonucu da bu görüş ve bulgulara paralel olarak depresyon ve öznel iyi oluşun negatif yönlü ilişkisini desteklemektedir. Yani öznel iyi oluş düzeyi yükseldikçe bireyin depresyon belirtileri gösterme ihtimali düşmektedir.

Mükemmeliyetçilikte sosyodemografik değişkenlerin etkisi araştırılmış ve anne baba tutumları değişkeninin mükemmeliyetçilik üzerinde etkisi olduğu belirlenmiştir. Destekleyici ebeveynlere sahip bireylerin mükemmeliyetçilik düzeyinin daha düşük olduğu saptanmıştır. Mükemmeliyetçi bireyler, ebeveynlerinin kendileri hakkındaki görüş, beklenti ve eleştirilerine oldukça fazla önem gösteren

bireylerdir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Mükemmeliyetçi anne babanın çocuklardan istekleri de aşırı talepkar olmakta ya da çocuğa fazla eleştirel yaklaşabilmektedirler, bu aileler genelde mükemmeliyetçi olmayan ailelere göre yeterince destekleyici değildirler (Barrow ve Moore, 1983). Bu bakış açısı ile araştırmada ulaşılan sonuç paralellik göstermektedir. Mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından hata endişesi, davranışlardan şüphe ve düzen alt boyutlarında da anne baba tutumunun çocuk üzerinde anlamlı bir etkiye yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır. Yaş, sınıf düzeyi, gelir düzeyi, başarı algısı ve ailede karar verme şekli değişkenlerinin mükemmeliyetçilik üzerinde herhangi bir etkisine rastlanmamıştır.

Mükemmeliyetçiliğin akademik başarı ile ilişkili olduğu bulgusuna sahip araştırmalar mevcuttur (Stornelli, Flett ve Hewitt, 2009; Uz-Baş, 2011). Buna karşın mevcut araştırmada öğrencilerin başarı not ortalamalarının mükemmeliyetçilikle anlamlı bir ilişkisinin olmadığı bulgusuna varılmıştır.

Ailesel ilişkilerin ya da onlar ile ilgili beklentiler gibi aile ile ilgili durumların mükemmeliyetçilik üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu daha önce yapılmış olan araştırmalarda aktarılmıştır (Hollander, 1965; Pacht, 1984). Buna karşın, yapılan çalışmada ebeveyn birliktelik durumu ya da anne-baba çalışma durumu gibi ailesel değişkenlerin mükemmeliyetçilik üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı sonucu belirlenmiştir.

Cinsiyetin mükemmeliyetçilik üzerinde etkili olduğu yönde değişik bulgular mevcuttur. Bir araştırmada erkeklerin mükemmeliyetçilik düzeyleri daha yüksek olarak bulunmuşken (Kanlı, 2011), başka bir araştırmada kadınların mükemmeliyetçilik düzeyi erkeklerden daha yüksek olarak belirlenmiştir (Pirinççi, 2009). Cinsiyetle ilgili mevcut çalışmada ise mükemmeliyetçilik üzerinde herhangi bir etkisine rastlanmamıştır.

Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının sosyodemografik değişkenler üzerindeki etkilerine bakıldığında cinsiyet değişkeninin sadece ebeveyn eleştiriciliği ve organizasyon alt boyutlarında anlamlı bir fark ortaya çıkardığı belirlenmiştir. Ebeveyn eleştiriciliği alt boyutunda erkeklerin, organizasyon alt boyutunda ise kadınların alt boyut toplam puanları daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerin ebeveyn

eleştiriciliği alt boyutu puanlarının yüksek çıkması, toplum bakış açısında erkeklerin sorumluluklarının kadınlardan daha fazla görünmesi ve aileden gelen tepkileri bu sebeple daha çok önemsemeleri şeklinde yorumlanabilir. Ebeveyn eleştiriciliği alt boyutu için bu sonuca paralel sonuçlar elde edilmiş çalışmalar (Pamir, 2008; Yaoar, 2008) mevcuttur.

Daha önce yapılmış araştırmalarda farklı alt boyutlarda da cinsiyete göre anlamlı farklar bulunmuştur. Örneğin bir araştırmada (Siegle ve Schuler, 2000), hata endişesi alt boyutunda cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmuş, erkeklerin hata endişesi toplam puanının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bazı araştırmalarda (Camadan, 2009; Pamir, 2008; Yaoar, 2008) ise eylemlerden şüphe duyma/emin olamama alt boyutu için cinsiyete göre anlamlı bir fark elde edilmiştir ve yine erkeklerin puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yani geçmiş araştırmalara bakıldığında cinsiyet ve mükemmeliyetçilik alt boyutları ile ilgili sonuçlar açısından mevcut çalışmayı destekler nitelikte çalışmalar olduğu gibi desteklemeyen araştırmalar da bulunmaktadır.

Not ortalaması değişkeni için ebeveyn beklentileri ve ebeveyn eleştiriciliği boyutlarında anlamlı farklara rastlanmıştır. Her iki boyut için de sahip olduğu not, ortalamanın altında kalanların alt boyutlardaki toplam puanları yüksek çıkmıştır. Ailesel beklentilerin mükemmeliyetçiliğin en önemli alt boyutlarından olduğunu savunan görüşün (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990), not ortalaması açısından bireyin, ailesinin yüksek beklentiye sahip olduğu algısını destekler nitelikte olduğu söylenebilir. Ayrıca, eğitim seviyesi düşük olan ailelerin çocuklarında, ailelerinin beklentilerini çok yüksek algılama durumunun ortaya çıktığını belirten bakış açısı da (Hewitt ve Flett, 1991) mevcut araştırmanın sonucuna paralel olarak yorumlanabilir.

Ebeveyn birlikteliği değişkeninde kişisel standartlar ve organizasyon alt boyutları için anlamlı farklar bulunmuştur. Her iki boyutta da ebeveynlerinin ayrı olduğunu bildiren kişilerin toplam puanları birlikte olduğunu bildirenlerden daha yüksek çıkmıştır. Anne baba çalışma durumu değişkeninde sadece ebeveyn beklentileri alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır. Annesi çalışan bireyler ile annesi herhangi bir işte çalışmayan bireylerin ebeveyn beklentileri alt boyutundan

aldıkları puan arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu konuda daha önce yapılmış bir araştırmanın (Mitchelson ve Burns, 1998) bulgusu ise annenin çalışma durumuna göre mükemmeliyetçilikte anlamlı bir değişiklik oluşmayacağı yönündedir. Ergenin ebeveyn beklentileri algısının annenin çalışma durumuna göre değişiyor olması, annesi çalışan bireyin ailesel sorumluluklarının daha fazla olması dolayısıyla ailenin ondan beklentisinin yüksek olacağı şeklindeki algıya sahip olmasıyla yorumlanabilir.

Çalışmada depresyon düzeyi ile sosyodemografik değişkenlerin ilişkilerine bakılmıştır. Depresyon düzeylerinde yaş ve sınıf düzeyi için anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Gelir durumu, yaşam memnuniyeti, ebeveyn tutumları ve ailede karar veren kişi değişkenleri için depresyon düzeylerinde anlamlı farklar ortaya çıkmıştır. Gelir düzeyini “kötü” olarak nitelendirenlerin “orta” ve “iyi” olarak nitelendirenlere göre depresyon düzeyinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu beklenen bir sonuçtur. Geçmiş araştırmalar da (Bozkurt, 2004; Özdel, Bostancı, Özdel ve Oğuzhanoglu, 2002) gelir düzeyinin kötü olmasının depresif belirtileri ortaya çıkardığı yönünde bulgulara yer vermiştir.

Yaşamdan memnuniyetin de depresyona etki eden değişkenlerden biri olması beklenmekteydi. Yaşam memnuniyetinde bir artış olduğunda depresyon belirtilerinde azalma ve yaşam enerjisinde artış meydana geldiği daha önce gözlemlenmiştir (Pilcher, 1998). Mevcut çalışmada da yaşamdan memnuniyet duyan bireylerin depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir.

Horney (1946) ebeveyn tutumlarının depresyona yol açma yönünden çocuklar üzerinde oldukça fazla etkili olduğunu savunmuştur (Erözkan, 2006). Anne baba tutumlarının depresyon üzerindeki etkilerine bakıldığında destekleyici anne baba tutumu ile yetişmiş çocukların depresyon düzeylerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Bu sonucu destekler nitelikte başka bir araştırma (Erözkan, 2006) da mevcuttur.

Ailede karar veren kişiler ile depresyon düzeyine etkisini doğrudan araştıran bir çalışmaya daha önce rastlanmamıştır. Fakat mevcut çalışmada sadece annesi çalışan bireylerin depresyon düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu belirlenmiştir.

Bu sonucun, toplumda bir otorite figürü olarak babanın çalışmamasının ya da babanın kaybının çocuk üzerindeki olumsuz etkisi olarak yorumlanması mümkündür.

Depresyon ergenlik döneminde gelişim, okul performansı, aile ve arkadaş ilişkileri gibi birçok faktörü olumsuz etkilemektedir (Bhatia ve Bhatia, 2007). Bu bulgularla paralel olarak mevcut araştırmada, beklendiği gibi depresyon ile başarı not ortalaması arasında negatif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır.

Cinsiyetin depresyon üzerindeki etkisine bakıldığında ise kadınlarda depresyon düzeyinin erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç daha önce aynı konuda yapılmış olan araştırmaları (Erözkan, 2006; Tamar ve Özbaran, 2004) destekler niteliktedir. Buna karşın genel bulguların aksine aileyle ilgili değişkenlerin mevcut araştırma örnekleminde depresyonda anlamlı bir fark oluşturmadığı belirlenmiştir. Ebeveyn birliktelik durumu, anne çalışma durumu ve baba çalışma durumlarının depresyon üzerinde bir etkisine rastlanmamıştır.

Gelir durumu, eğitim düzeyi, aile ilişkileri gibi çeşitli sosyodemografik değişkenlerin öznel iyi oluş ile ilişkilerinin ve üzerindeki etkilerinin çok düşük boyutta olduğu belirtilmektedir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003). Araştırmada uygulanan sosyodemografik değişkenler ile öznel iyi oluş arasında yapılan bağımsız örneklem testleri sonucunda da cinsiyet, ebeveyn birliktelik durumu ve ebeveyn çalışma durumu değişkenlerinin öznel iyi oluş üzerinde anlamlı bir etkisi gözlenmemiştir. Yalnızca başarı not ortalaması değişkeni ile öznel iyi oluş arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki belirlenmiştir.

Anne baba tutumu değişkeninin öznel iyi oluş için anlamlı bir fark ortaya çıkardığı belirlenmiştir. Destekleyici anne baba tutumu ile yetişmiş çocukların öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, aile içi ilişkilerin öznel iyi oluş üzerinde etkili olduğu yönündeki araştırmaları (Chou, 1999; Karatzias, Chouliara, Power ve Swanson, 2006) destekler niteliktedir. Yaş ve sınıf düzeyi değişkenleri için öznel iyi oluşta anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutlarının da hiçbirinde yaş ve sınıf düzeyinin herhangi bir anlamlı etkisine rastlanmamıştır. Bu değişkenlerle alakalı herhangi bir anlamlı farkın ortaya çıkmamasının sebebi olarak araştırmanın

lise öğrencileriyle yapılmış olması, bu durumda ergenlik döneminin özelliklerinin lise dönemindeki her yaşta görülebilir olması gösterilebilir.

Gelir düzeyinin ise mükemmeliyetçilik düzeyi üzerinde anlamlı bir fark oluşturduğu tek alt boyut kişisel standartlar alt boyutudur. Bu sonuca paralel bir araştırmada kişisel standartlar ve hata endişesi alt boyutlarında gelir düzeyine göre anlamlı farklılığa rastlanmıştır (Hewitt ve Flett, 1991).

Başarı algısı değişkeni için ise hata endişesi ve eylemlerden şüphe duyma/emin olamama alt boyutlarında anlamlı farklara rastlanmıştır. Her iki alt boyutta da kendini başarısız algılayan bireyin toplam puanı daha yüksek çıkmıştır. Buna sebep olarak mükemmeliyetçilikteki kendini aşırı eleştirme ve aşırı yüksek beklentiler edinme özellikleri (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990) gösterilebilir. Çünkü mükemmeliyetçi birey doğası gereği hata yapmayı kabullenmekte zorluk çekmekte ve doğru olanı gerçekleştirdiği konusunda kolayca ikna olmamaktadır.

Yaşam memnuniyeti konusunda anlamlı farka rastlanan tek alt boyut eylemlerden şüphe duyma alt boyutudur. Yaşamından memnun olmayan bireylerin bu alt boyut puanının memnun olan bireylere oranla daha yüksek çıktığı belirlenmiştir. Bilişsel davranışçı kurama göre mükemmeliyetçilikteki problem, bireyin mükemmel olma konusunda kendisiyle ilgili olumsuz düşünceleri ve bu olumsuz düşünceler doğrultusunda ilerleyerek sürekli bir tatminsizlikle mükemmel olmaya çalışarak beklentilerinin tamamı gerçekleşmediğinde memnun olmamalarıdır (Beck, 1976). Bu bakış açısı yaşam memnuniyeti ve eylemlerden şüphe duyma alt boyutu konusundaki mevcut çalışma sonucunu destekler niteliktedir.

Ailedeki karar verme şekli değişkeninde daha önce yapılmış bir araştırmaya rastlanmamıştır fakat mevcut çalışmada ebeveyn eleştiriciliği alt boyutu için ailede karar verme şekli anlamlı bir fark ortaya çıkarmaktadır. Sadece babanın karar verdiği ailelerde çocuğun ebeveyn eleştiriciliği alt boyutundaki puanı sadece annenin karar verdiği ailelerin puanlarından daha yüksek ve anne-baba birlikte karar veren ailelerde çocuğun ebeveyn eleştiriciliği alt boyutu puanı, bütün aile üyeleri birlikte karar verilen ailelerdeki çocukların puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Diğer alt

boyutlar için ailede karar verme şekli değişkeni herhangi bir anlamlı farka yol açmamıştır.

SONUÇ, SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, araştırmanın amacına uygun bir şekilde mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş arasında ilişkiler bulunmuştur. Bu sonuçla paralel olarak mükemmeliyetçiliğin alt boyutları ile öznel iyi oluş ve depresyonun da pozitif ya da negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı ilişkileri belirlenmiştir. Bunun dışında, sosyodemografik değişkenler de mükemmeliyetçilik, depresyon, öznel iyi oluş ve mükemmeliyetçiliğin alt boyutları toplam puan ortalamaları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar ortaya çıkarmıştır.

Bu çalışmanın örneklemini Sakarya ili Hendek ilçesinde lise öğrenimine devam etmekte olan bireylerden elde edilmiştir. Araştırma daha geniş bir bölgede gerçekleştirilebilir ve böylece araştırma sonuçlarının genellenebilirliği artırılabilir. Bu çalışmada başarı durumu yalnızca not ortalaması dikkate alınarak ölçülmüştür. Oysa başarı seviyesinin tek belirleyicisi not ortalaması olmayıp, öğrencinin ders aldığı öğretmenlerin öğrenci ile alakalı görüşleri, derse katılım ve ödev, proje gibi sorumluluklarını yerine getirme durumları da dikkate alınmalıdır. Ayrıca ergenliğin 12 yaş civarında başladığı düşünülürse mevcut çalışmada katılımcı yaş alt sınırı 12 olduğunda daha verimli sonuçlar elde edilebilir.

Mükemmeliyetçilik, depresyon ve öznel iyi oluş konusunda yurtdışında fazlasıyla araştırma mevcutken, özellikle ergenlik dönemi için Türkiye'deki araştırmalar sınırlıdır. Bu sebeple mevcut araştırmanın gerçekleştirilmesi ergenlik döneminde bu kavramların etkileriyle ilgili alanyazına katkı sağlamıştır. Bu üç kavram ayrı olarak birçok kez araştırılmış olmasına rağmen üçünün ilişkilerinin incelenmesi için yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan bu çalışmada mevcut üç kavramın etkileşimlerinin anlamlı bir boyutta olduğu düşünüldüğünde, ergenlik dönemi gibi önemli bir gelişim evresinde bireylerin sorun ve ihtiyaçlarının farkına varılarak eğitim, danışmanlık gibi konularda onlara daha sağlıklı

yaklaşabilmek açısından araştırma devam niteliğinde, daha geniş bir örneklem ve bölge ile tekrarlanabilir.

KAYNAKÇA

- Abramson, L. Y., Metalsky, G. I., & Alloy, L. B. (1989). Hopelessness Depression: A Theory-Based Subtype of Depression. *Psychological Review*, 96(2), 358-372.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı. Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Asarnow, J. R., Jaycox, L. H., Duan, N., Laborde, A. P., Rea, M. M., Murray, P., Anderson, M., Landon, C., Tang, L., & Wells, K. B. (2005). Effectiveness of a Quality Improvement Intervention for Adolescent Depression in Primary Care Clinics. *Jama*, 293(3), 311-319.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group Interventions With Perfectionist Thinking. *The Personal and Guidance Journal*, 61(10), 612-615.
- Baş, A. U. (2011). İlköğretim Çağındaki Çocuklarda Mükemmeliyetçilik Boyutları: Kaygı, Yaşam Doyumu ve Akademik Başarı ile İlişkileri. *Eğitim ve Bilim*, 36(162), 261-272.
- Beck, A. T. (1964). Thinking and Depression. *Archives of General Psychiatry*, 10(6), 561-571.
- Beck, A. T. (2008). Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar. (Çev. A. Türkcan, V. Öztürk). Litera Yayıncılık.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbauch, J. (1961). An Inventory For Measuring Depression. *Archives of General Psychiatry*, 4(6), 561-571.

- Beevers, C. G., & Miller, I. W. (2004). Perfectionism, Cognitive Bias and Hopelessness as Prospective Predictors of Suicidal Ideation. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 34(2), 126-137.
- Bhatia, S. K., & Bhatia, S. C. (2007). Childhood and Adolescent Depression. *American Family Physician*, 75(1), 73-80.
- Birmaher, B., Ryan, N. D., Williamson, D. E., Brent, D. A., Kaufman, J., Dahl, R. E., Perel, J., & Nelson, B. (1996). Childhood and Adolescent Depression: A Review of the Past 10 Years Part I. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35(11), 1427-1439.
- Brief, A. P., Butcher, A. H., George, J. M., & Link, K. E. (1993). Integrating Bottom-Up and Top-Down Theories of Subjective Well-Being: The Case of Health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 646-653.
- Bozkurt, N. (2004). Bir Grup Üniversite Öğrencisinin Depresyon ve Kaygı Düzeyleri ile Çeşitli Değişkenler Arasındaki İlişkiler. *Eğitim ve Bilim*, 29(133), 52-59.
- Brown, J. D., & Dutton K. A. (1995). The Thrill of Victory, the Complexity of Defeat: Self-Esteem and People's Emotional Reactions to Success and Failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 712-722.
- Camadan, F. (2009). Orta Öğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Campbell, A. (1976). Subjective Measures of Well-Being. *American Psychologist*, 31(2), 117-124.
- Carp, F. M., & Carp, A. (1982). Perceived Environmental Quality of Neighborhoods: Development of Assessment Scales and Their Relation to Age and Gender. *Journal of Environmental Psychology*, 2(4), 295-312.
- Chan, D. W. (2007). Positive and Negative Perfectionism Among Chinese Gifted Students in Hong Kong: Their Relationships to General Self-Efficacy and Subjective Well-Being. *Journal for the Education of the Gifted*, 31(1), 77-102.
- Chang, E. C. (2006). Perfectionism and Dimensions of Psychological Well-Being in a College Student Sample: A Test of a Stress-Mediation Model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(9), 1001-1022.

- Chou, K. L. (1999). Social Support and Subjective Well-Being Among Hong Kong Chinese Young Adults. *The Journal of Genetic Psychology*, 160(3), 319-331.
- Cooper, H., Okamura, L., & McNeil, P. (1995). Situation and Personality Correlates of Psychological Well-Being: Social Activity and Personal Control. *Journal of Research and Personality*, 29(4), 395-417.
- Csikzentmihalyi, M., & Figurski, T. J. (1982). Self-Awareness and Aversive Experience in Everyday Life. *Journal of Personality*, 50(1), 15-28.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E. (1994). Assessing Subjective Well-Being: Progress and Opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.
- Diener, E., & Diener, C. (1996). Most People are Happy. *Psychological Science*, 7(3), 181-185.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review Psychology*, 54(1), 403-425.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Dopheide, J. A. (2006). Recognizing and Treating Depression in Children and Adolescents. *American Journal of Health-System Pharmacy*, 63(3), 233-243.
- Dost, M. T. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Öznel İyi Oluş Düzeyleri. Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Dosti M. T. (2005). Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 103-111.
- Enns, M. W., & Cox, B. J. (1998). Perfectionism and Depression Symptom Severity in Major Depressive Disorder. *Behavior Research and Therapy*, 37(1999), 783-794.
- Erözkan, A. (2006). İlköğretim Öğrencilerinde Depresyon ve Başa Çıkma. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 24(24), 75-94.
- Fava, M., & Kendler, K. Z. (2000). Major Depressive Disorder. *Neuron*, 28(2), 335-341.

- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (1991). Dimensions of Perfectionism and Irrational Thinking. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 9(3), 185-199.
- Fredrickson, B. L. (1998). What Good are Positive Emotions? Review of General Psychology, 2(3), 300-319.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T. (2002). Positive Emotions Trigger Upward Spirals Toward Emotional Well-Being. *Psychological Science*, 13(2), 172-175.
- Fredrickson, B. L., Mancuso, R. A., Branigan, C., & Tugade, M. M. (2000). The Undoing Effect of Positive Emotions. *Motivation and Emotion*, 24(4), 237-258.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Greenspon, T. S. (2000). "Healthy Perfectionism" is an Oxymoron! Reflections on the Psychology of Perfectionism and the Sociology of Science. *Journal of Advanced Academics*, 11(4), 197.
- Geçtan, E. (2013). Psikodinamik psikiyatri ve normaldışı davranışlar. İstanbul: Metis Yayınları.
- Halgin, R. P., & Leahy, P. M. (1989). Understanding and Treating Perfectionistic College Students. *Journal of Counseling and Development*, 68(2), 222-225.
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3), 729-740.
- Helson, H. (1947). Adaptation Level As Frame of Reference for Prediction of Psychophysical Data. *The American Journal of Psychology*, 60(1), 1-29.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Dimensions of Perfectionism in Unipolar Depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanterinin Geçerliği Üzerine Bir Çalışma. *Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-122.
- Hisli, N. (1989). Beck Depresyon Envanterinin Üniversite Öğrencileri için Geçerliği, Güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7(23), 3-13.
- Hollander, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6(2), 94-103.

- Huebner, E. S., Suldo, S., Valois, R. F., Drane, J. W. & Zullig, K. (2004). Brief Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale: Sex, Race and Grade Effects for a High School Sample. *Psychological Reports*, 94(1), 351-356.
- İnanç, B. Y., & Yerlikaya, E. E. (2013). *Kişilik Kuramları*. İstanbul: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Joronen, K., & Kurki, P. A. (2005). Familial Contribution to Adolescent Subjective Well-Being. *International Journal of Nursing Practice*, 11(3), 125-133.
- Kangal, A. (2013). Mutluluk Üzerine Kavramsal Bir Değerlendirme ve Türk Hanehalkı için Bazı Sonuçlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 12(44), 214-233.
- Kanlı, E. (2011). Üstün Zekalı ve Normal Ergenlerin Mükemmeliyetçilik, Depresyon ve Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. *M. Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 33(33), 103-121.
- Kara, H., Sayar, K. & Saygılı, S. (1997). Kültürel Psikiyatri Açısından Depresyon Kavramı. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 7(1-4), 42-45.
- Karataş, Z., & Tagay, Ö. (2012). Self-Esteem, Locus of Control and Multidimensional Perfectionism as the Predictors of Subjective Well-Being. *International Education Studies*, 5(6), 131-137.
- Karatzias, A., Chouliara, Z., Power, K., & Swanson, V. (2006). Predicting General Well-Being From Self-Esteem and Affectivity: an Exploratory Study With Scottish Adolescents. *Quality of Life Research*, 15(7), 1143-1151.
- Kim, Y. (2003). Correlation of mental health problems with psychological constructs in adolescence: final results from a 2-year study. *International Journal of Nursing Studies*, 40(2), 115-124.
- Klein, D. N., Dougherty, L. R., & Thomas, M. O. (2005). Toward Guidelines for Evidence-Based Assessment of Depression in Children and Adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(3), 412-432.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seely, J. R. (1998). Major Depressive Disorder in Older Adolescents: Prevalence, Risk Factors and Clinical Implications. *Clinical Psychology Review*, 18(7), 765-794.

- Lucas, R. E. (2007). Adaptation and the Set-Point Model of Subjective Well-Being: Does Happiness Change After Major Life Events? *Current Directions of Psychological Science*, 16(2), 75-79.
- McFarland, C., & Miller, D. T. (1994). The Framing of Relative Performance Feedback: Seeing the Glass as Half Empty or Half Full. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(6), 1061-1073.
- Mitchelson, J. K., & Burns, L. R. (1998). Career Mothers and Perfectionism: Stress at Work and at Home. *Personality and Individual Differences*, 25(1998), 477-485.
- Moneta, G. B. (2004). The Flow Experience Across Cultures. *Journal of Happiness Studies*, 5(2), 115-121.
- Mpofu, E. (1999). Modernity and Subjective Well-Being in Zimbabwean College Students. *South African Journal of Psychology*, 29(4), 191-200.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is Happy?. *Psychological Science*, 6(1), 10-19.
- Omodei, M. M., & Wearing, A. J. (1990). Need Satisfaction and Involvement in Personal Projects: Toward an Integrative Model of Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(4), 762-769.
- Ormel, J., Lindenberg, S., Steverink, N., & Verbrugge, V. M. (1999). Subjective well-Being and Social Production Functions. *Social Indicators Research*, 46(1), 61-90.
- Özdel, L., Bostancı, M., Özdel, O., & Oğuzhanoglu, N. K. (2002). Üniversite Öğrencilerinde Depresif Belirtiler ve Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 3(3), 155-161.
- Özen, Ö. (2005). Ergenlerin Öznel İyi Oluş Düzeyleri. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Pacht, A. R. (1984). Reflections of Perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390.
- Palys, T. S., & Little, B. R. (1983). Perceived Life Satisfaction and the Organization of Personal Project Systems. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(6), 1221-1230.

- Pamir, Ç. O. (2008). Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Park, Y., & Chang, E. C. (2004). Perfectionism and Loneliness as Predictors of Depressive Symptoms: A Test of an Integrative Model. (Çevrimiçi) <http://legacy.jyi.org/volumes/volume10/issue1/articles/park.html> 12 Nisan 2018.
- Parker, W. D., & Adkins, K. K. (1995). A Psychometric Examination of the Multidimensional Perfectionism Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17(4), 323-334.
- Parker, G., & Roy, K. (2001). Adolescent Depression: A Review. *Australian and New Zealand Journal and Psychiatry*, 35(5), 572-580.
- Patton, G. C., Coffey, C., Posterino, M., Carlin, J. B., & Wolfe, R. (2000). Adolescent Depressive Disorder: A Population Based Study of ICD-10 Symptoms. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34(5), 741-747.
- Petersen, A. C., Sarigiani, P. A., & Kennedy, R. E. (1991). Adolescent Depression: Why More Girls?. *Journal of Youth and Adolescence*, 20(2), 247-271.
- Pilcher, J. J. (1998). Affective and Daily Event Predictors of Life Satisfaction in College Students. *Social Indicators Research*, 43(3), 291-306.
- Pirinççi, L. N. (2009). Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Rask, K., Kurki, P. A., & Paavilainen, E. (2003). Adolescent Subjective Well-Being and Family Dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17(2), 129-138.
- Reinherz, H. Z., Giaconia, R. M., Hauf, A. M. C., Wasserman, M. S., & Paradis, A. D. (2000). General and Spesific Childhood Risk Factors for Depression and Drug Disorders by Early Adulthood. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39(2), 223-231.

- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-Esteem as a Mediator Between Perfectionism and Depression: A Structural Equations Analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 304-314.
- Roedell, W. C. (1984). Vulnerabilities of Highly Gifted Children. *Roeper Review*, 6(3), 127-130.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Essex, M. J. (1991). Psychological Well-Being in Adulthood and Old Age: Descriptive Markers and Explanatory Processes. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 11(6), 144-171.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(99), 99-104.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and Gifted Adolescents. *The Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 183-196.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (2002). Clinical Perfectionism: a Cognitive-Behavioral Analysis. *Behavior Research and Therapy*, 40(7), 773-791.
- Siegle, D., & Schuler, P. A. (2000). Perfectionism Differences in Gifted Middle School Students. *Roeper Review*, 23(1), 39-44.
- Sin, N. L., & Lyubomirsky, S. (2009). Enhancing Well-Being and Alleviating Depressive Symptoms With Positive Psychology Interventions: A Practice-Friendly Meta-Analysis. *Journal of Clinical Psychology: In Session*, 65(5), 467-487.
- Slade, P. D., & Owens, R. G. (1998). A Dual Process Model of Perfectionism Based on Reinforcement Theory. *Behavior Modification*, 22(3), 372-390.
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and Affective Development in Adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69-74.

- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stoeber, J., & Joormann, J. (2001). Worry, Procrastination and Perfectionism: Differentiating Amount of Worry, Pathological worry, Anxiety and Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(1), 49-60.
- Stornelli, D., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2009). Perfectionism, Achievement and Affect in Children: A Comparison of Students From Gifted, Arts and Regular Programs. *Canadian Journal of School Psychology*, 24(4), 267-283.
- Stroebe, W., Stroebe, M., Abakoumkin, G., & Schut, H. (1996). The Role and Loneliness and Social Support in Adjustment to Loss: A Test of Attachment Versus Stress Theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1241-1249.
- Suh, E., Diener, E., & Fujita, F. (1996). Events and Subjective Well-Being: Only Recent Events Matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1091-1102.
- Sumi, K., & Kanda, K. (2002). Relationship Between Neurotic Perfectionism, Depression, Anxiety and Psychosomatic symptoms: A Prospective Study Among Japanese Men. *Personality and Individual Differences*, 32(2002), 817-826.
- Tamar, M., & Özbaran, B. (2004). Çocuk ve Ergenlerde Depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 7(2), 84-92.
- Taşdemir, M. Ö. (2003). Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, öz yeterlilik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- TDK (2017). Türk Dil Kurumu Sözlüğü. <http://tdk.gov.tr>.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and Negative Perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18(5), 663-668.

- Twenge, J. M., & Hoeksema, S. N. (2002). Age, Gender, Race, Socioeconomic Status and Birth Cohort Differences on the Children's Depression Inventory: A Meta Analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 111(4), 578-588.
- Yaoar, A. A. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Kişilik Özellikleri ile Empati Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Wang, K. T., Yuen, M., & Slaney, R. B. (2009). Perfectionism, Depression, Loneliness and Life Satisfaction: A Study of High School Students in Hong Kong. *The Counseling Psychologist*, 37(2), 249-274.
- Welner, Z. (1978). Childhood Depression: An Overview. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 66(8), 588-593.
- Wells, K. B., Stewart, A., Hays, R. D., Burnam, M. A., Rogers, W., Daniels, M., Berry, S., Greenfield, S., & Ware, J. (1989). The Functioning and Well-Being of Depressed Patients. *Jama*, 262(7), 914-919.
- Windfuhr, K., While, D., Hunt, I., Turnbull, P., Lowe, R., Burns, J., Swinson, N., Shaw, J., Appleby, L., & Kapur, N. (2008). The National Confidential Inquiry into Suicide and Homicide by People with Mental Illness. Suicide in Juveniles and Adolescents in the United Kingdom. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 49(11), 1155-1165.